



UNIWERSYTET GDAŃSKI

Władze
UNIWERSYTETU GDAŃSKIEGO



FOT. TOMASZ HUTEL

Jego Magnificencja Rektor
Prof. dr hab. Bernard Lamnek

GAZETA
UNIwersytecka

SPOŁECZNOŚCI AKADEMICKIEJ UNIWERSYTETU GDAŃSKIEGO

Rada programowa:

dr Jacek Taraszkiewicz (przewodniczący)
prof. dr hab. Dariusz Szlachetko
prof. UG, dr hab. Jerzy Gwizdała
dr Grzegorz Pawłowski
mgr Dominik Walczak
Łukasz Bień

Redaktor Naczelny:

Tomasz Neumann

Sekretariat:

Monika Lewandowska

Skład i opracowanie graficzne:

Ka Leszczyńska

Korekta:

Aleksandra Pryczkowska

Wydawca:

Uniwersytet Gdański

Nakład:

3000 egzemplarzy

Adres redakcji:

Biblioteka Ekonomiczna,
ul. Armii Krajowej 110,
81-824 Sopot, pok. 201, 202
tel. (58) 523 12 62; fax (58) 523 12 63;
e-mail: gazeta@ug.edu.pl

Wydanie Internetowe:

gazeta.ug.edu.pl

Przygotowanie materiałów:

Barbara Madany
Agnieszka Nikodem

Fotografie z archiwum GUTW

Redakcja nie zwraca materiałów
niezamówionych oraz zastrzega sobie prawo
do skracania i adiacji tekstów.



FOT. MARTYNA KRASOWSKA

Prorektor ds. Kształcenia
Prof. UG, dr hab. Anna Machnikowska



FOT. TOMASZ HUTEL

Prorektor ds. Studenckich
Prof. UG, dr hab. Józef Arno Włodarski



FOT. MARTYNA KRASOWSKA

Prorektor ds. Rozwoju i Finansów
Prof. dr hab. Mirosław Szreder



FOT. MARTYNA KRASOWSKA

Prorektor ds. Nauki
Prof. dr hab. Grzegorz Węgrzyn

Gdański Uniwersytet Trzeciego Wieku Uniwersytetu Gdańskiego rozpoczął działalność uchwałą Senatu Uniwersytetu Gdańskiego z dnia 3 listopada 2004 roku jako jednostka ogólnouczelniana. Powstał z myślą o aktywizacji intelektualnej i społecznej ludzi będących w złotym wieku, pochodzących z obszaru Trójmiasta i okolic

Główną inicjatorką przedsięwzięcia była **prof. dr hab. Halina Piekarek-Jankowska**, ówczesna prorektor ds. kształcenia UG. W 2005 roku opiekę nad jednostką objęła **prof. dr hab. Anna Szaniawska**, dzięki której idea GUTW jeszcze silniej zakorzeniła się w strukturze Uczelni. Podczas jej kadencji do życia powołano pierwszą filię GUTW, znajdującą się w Kartuzach. W latach 2008–2012 prorektorem ds. kształcenia była **prof. dr hab. Maria Mendel**. Był to czas dynamicznego rozwoju GUTW, o czym świadczy nie tylko rosnąca liczba słuchaczy, lecz także powstanie dwóch kolejnych filii – w Pelplinie i Pruszczu Gdańskim. Obecnie opiekę nad GUTW sprawuje **prof. UG, dr hab. Anna Machnikowska**.

Słuchaczem GUTW może zostać każda osoba w wieku dojrzałym, która pragnie poszerzać własne umiejętności i wiedzę. Aby zostać słuchaczem, wystarczy zapisać się w czasie spotkań, które odbywają się dwa razy do roku. Jedynym ograniczeniem przy naborze jest liczba wolnych miejsc. Podczas zapisów nie stosuje się kryterium wykształcenia, wieku czy aktywności zawodowej, dlatego też przedział wiekowy słuchaczy jest bardzo duży. Obecnie najmłodszy student GUTW ma 36 lat, a najstarszy – 92 lata. Słuchaczami są głównie mieszkańcy Trójmiasta i okolicznych miejscowości.

Pracami GUTW kieruje bezpośrednio **Ludwika Sikorska**, która od 2005 roku sprawuje funkcję Pełnomocnika JM Rektora UG ds. Uniwersytetu Trzeciego Wieku. To ona co semestr przygotowuje ofertę edukacyjną, na którą składają się cotygodniowe wykłady i prelekcje z różnych dziedzin oraz ponad 90 grup zajęć dodatkowych (m.in. zajęcia językowe i ruchowe, warsztaty komputerowe, psychologiczne i plastyczne). Wysoki poziom merytoryczny zajęć zapewniają zaangażowani do ich prowadzenia **pracownicy naukowci Uniwersytetu Gdańskiego** oraz innych trójmiejskich uczelni wyższych (zwłaszcza Gdańskiego Uniwersytetu Medycznego i Politechniki Gdańskiej).

Oprócz działalności dydaktycznej GUTW angażuje się w dodatkowe przedsięwzięcia. Do najważniejszych z nich należą:

- **debata „Akwizytor i bankier – przyjaciel czy wróg”** (październik 2009),

- **debata „Gdański senior mądrze gospodaruje energią elektryczną i gazem”** (maj 2010),
- **VII Międzynarodowa Konferencja UTW „Uniwersytety Trzeciego Wieku – sprawdzony sposób na aktywne życie seniorów w XXI wieku”** (wrzesień 2010),
- **kampania edukacyjna „Bądź świadomym konsumentem 60+”** (listopad 2011),
- **wykłady otwarte dla seniorów Gdańska** współorganizowane przez GUTW i Urząd Miejski w Gdańsku w ramach obchodów **Europejskiego Roku Aktywności Osób Starszych i Solidarności Międzypokoleniowej** (styczeń – grudzień 2012),
- **I Regionalna Konferencja Uniwersytetów Trzeciego Wieku Województwa Pomorskiego pt. „Aktywność – dewizą pomorskiego seniora”** (wrzesień 2012),
- **debata „Rozwój twórczy osób 55+”** (maj 2013).

Słuchacze GUTW biorą również udział w wydarzeniach rekreacyjno-sportowych (takich jak **I Ogólnopolski Marsz Nordic Walking Studentów Uniwersytetów Trzeciego Wieku**), konkursach oraz wydarzeniach kulturalnych, co ułatwia im współpraca z Teatrem Wybrzeże i Filharmonią Bałtycką, które co miesiąc przygotowują dla nich specjalną ofertę.

GUTW stale współpracuje z Gdańską Radą ds. Seniorów, której członkiem jest Ludwika Sikorska. Rada została powołana w 2007 roku i jest organem doradczym Prezydenta Miasta Gdańska w sprawach dotyczących osób starszych. Dzięki współpracy z Radą powstała strona internetowa Centrum Aktywności Seniorów, na której umieszczane są ciekawe propozycje dla seniorów z naszego miasta.

Uniwersytetowi wsparcia udzielają: **prof. UG, dr hab. Jakub Stelina**, dziekan Wydziału Prawa i Administracji, **prof. dr hab. Piotr Bojarski**, dziekan Wydziału Matematyki, Fizyki i Informatyki, **prof. UG, dr hab. Beata Pastwa-Wojciechowska**, dziekan Wydziału Nauk Społecznych, **prof. UG, dr hab. Andrzej Ceynowa**, dziekan Wydziału Filologicznego, **dr Jan Patok**, dyrektor Studium Wychowania Fizycznego i Sportu, **mgr Michał Bieluszko**, kierownik Akademickiego Centrum Kultury UG „Alternator”, **Towarzystwo Przyjaciół Gdańska** i inni.

DYNAMIKA ROZWOJU GDAŃSKIEGO UNIwersYTETU TRZECIEGO WIEKU

Rok akademicki	Wykładowcy i prelegenci			Liczba wykładów i prelekcji	Zajęcia – liczba godzin*	Liczba słuchaczy GUTW (liczba słuchaczy w filiach GUTW)				
	profesorowie	doktorzy	magiŝtrowie			Gdańsk	Kartuzy	Pruszcz Gd.	Pelplin	Łącznie
2004/2005	7	8	6	29	464	470	-	-	-	470
2005/2006	11	10	10	27	945	735	-	-	-	735
2006/2007	13	12	19	51	2378	770	-	-	-	770
2007/2008	9	16	17	50	2525	800	50	200	-	ok. 1050
2008/2009	17	10	26	52	2878	1250	70	220	180	ok. 1720
2009/2010	15	13	33	75	3033	1300	70	220	180	1770
2010/2011	16	12	35	84	3224	1300	80	210	190	1780
2011/2012	20	28	39	96	3328	1300	80	220	190	1790
2012/2013	15	20	37	101	3690	1400	80	220	190	1890
2013/2014	18	13	39	112	3351	1400	125	220	190	1935

* lektoraty, warsztaty, zajęcia ruchowe itp.



FOT. TOMASZ HUTEL

Szanowni Państwo,

Gdański Uniwersytet Trzeciego Wieku Uniwersytetu Gdańskiego wpisuje się w edukacyjną misję naszej uczelni, która promuje zapisaną w deklaracji lizbońskiej ideę kształcenia ustawicznego – rozwoju przez całe życie. Od początku powstania tego Uniwersytetu gorąco wspierałem jego działania, gdyż we współczesnym społeczeństwie wszelkie formy aktywizacji społecznej i intelektualnej osób w wieku dojrzałym są nie do przecenienia. Tym bardziej więc cieszy tak szeroka oferta wykładów i warsztatów przygotowana dla naszych Słuchaczy. Mogą oni uczestniczyć w zajęciach z zakresu medycyny, historii, literatury, astronomii, astrofizyki, oceanografii, nauk społecznych i psychologii, a także w warsztatach językowych, artystycznych i sportowych. Więcej – sami proponują dodatkowe zajęcia, a to z zakresu kultur Wschodu, tai-chi czy nordic walking. Taka otwartość i ciągła chęć poznawania „nowego” jest godna podziwu i nie bez przyczyny nauczyciele akademicki powtarzają, że słuchacze uniwersytetów trzeciego wieku bywają najbardziej dociekliwymi i uważnymi studentami.

Z okazji dziesięciolecia działalności Gdańskiego Uniwersytetu Trzeciego Wieku Uniwersytetu Gdańskiego życzę wszystkim Słuchaczom dalszego uczestnictwa we wspólnocie universitas studiorum, spełniania pasji i zawiązywania trwałych więzi z naszą uczelnią oraz nowymi przyjaciółmi.

Prof. dr hab. Bernard Lammek
Rektor Uniwersytetu Gdańskiego



Jubileusz dziesięciolecia stanowi doskonałą okazję do podkreślenia roli, jaką Gdański Uniwersytet Trzeciego Wieku odgrywa w strukturze Uniwersytetu Gdańskiego, a jego słuchacze – w środowisku akademickim. To społeczno-naukowe przedsięwzięcie, stwarzając warunki do rozwijania przez seniorów różnorodnych zainteresowań, wpisuje się w misję kształcenia ustawicznego, którą powinien realizować współczesny uniwersytet. Odpowiada ona na aktualne potrzeby i wyzwania, jakie stawiają przed nami między innymi demografia, gospodarka oraz kultura. Intelktualna i fizyczna aktywność człowieka w dojrzałym wieku nie tylko sprzyja utrzymywaniu pożądanej, indywidualnej jakości życia, ale także sprawia, że osoba taka ma korzystny wpływ na otoczenie, które może korzystać z jej dotychczasowych, często nieocenianych doświadczeń, a także z jej nowej wiedzy, kompetencji i umiejętności. Pogląd ten podziela coraz więcej mieszkańców Pomorza, co znajduje potwierdzenie w rosnącej liczbie absolwentów Gdańskiego Uniwersytetu Trzeciego Wieku. Wystarczy wspomnieć, że w początkach jego działalności było ich czterystu, a po dziesięciu latach liczba ta wzrosła do tysiąca czterystu. Ponadto, mając na względzie potrzeby seniorów całego regionu, otwarte zostały również trzy filie GUTW: w Kartuzach, Pruszczu Gdańskim oraz Pelplinie.

Inną wyróżniającą cechą Gdańskiego Uniwersytetu Trzeciego Wieku pozostaje różnorodność oferty edukacyjnej, a także współdziałanie z lokalnymi środowiskami oraz wieloma instytucjami, w tym z samorządem. Podkreślić należy też wielkie, bezpośrednie zaangażowanie seniorów w codzienne funkcjonowanie ich uniwersytetu. Dobrym duchem i koordynatorem tego projektu jest Pani **Ludwika Sikorska**, której pasja i determinacja przyczyniły się do ukształtowania pozycji GUTW nie tylko jako nowoczesnej formy edukacji, ale również jako jednej z reprezentacyjnych części Uniwersytetu Gdańskiego.

Mając powyższe na uwadze, składam całej wspólnotce Gdańskiego Uniwersytetu Trzeciego Wieku: słuchaczom, nauczycielom i pracownikom administracyjnym, życzenia satysfakcji, radości i niesłabnącego zapału w rozprzestrzenianiu pięknej idei wielopokoleniowego uniwersytetu. Dziękuję seniorom za ich udział i bezcenny wkład w kształtowanie społeczności akademickiej i zapewniam Państwa o swojej życzliwości oraz wsparciu w kolejnych latach.

Prof. UG, dr hab. Anna Machnikowska
Prorektor ds. Kształcenia UG



FOT. MARTYNA KRABOWSKA





Jako Prorektor do spraw Kształcenia bezpośrednią znajomość ze Słuchaczami Gdańskiego Uniwersytetu Trzeciego Wieku zawarłam podczas inauguracji roku akademickiego 2008–2009, wygłaszając wykład pt. „Przestrzeń i miejsce”. Spotkanie to rozpoczęło długi łańcuch kolejnych, zawsze ogromnie miłych

i owocnych, spotkań, a było dla mnie szczególnie znaczące z uwagi na doświadczenie niezapomnianej dyskusji towarzyszącej wykładowi. Stała się ona wymianą sensów, jakie Słuchacze powiązali z pojęciami przedstawionymi w tytule: przestrzeń, miejsce. Ze swojej życiowej perspektywy o miejscu mówili głównie przez pryzmat małej ojczyzny, miejsca umiłowanego, a utraconego; choć bytującego w sercach bardziej niż w fizycznej rzeczywistości, ale opisywanego precyzyjnie i przez to jednoznacznie realnego, dla mówców wyraźnie istniejącego. Raczej nie zgadzali się z listą zagrożeń dotyczących niebezpieczeństwa zakorzenienia (między innymi lokalna i zbiorowa ksenofobia, prowincjonalizm), którą wcześniej przedstawiłam. Z zapartym tchem chłonęłam emocjonalne, ale merytoryczne wypowiedzi, które stawały się fascynującą wymianą biograficznych opowieści. Uczyłam się z życia moich Słuchaczy, czując, że wiele mam jeszcze do zrobienia w sferze badań nad związkiem pomiędzy podmiotem a miejscem... Od tamtego czasu w rozmaitych zespołach zrealizowałam kilka biograficznych badań w tym zakresie, między innymi wśród Słuchaczy GUTW, analizując wraz z nimi problem zbiorowej, lokalnej tożsamości konstruowanej na postawie kolektywnego pamiętania i zapominania¹.

Przywołane tu doświadczenie może być również pewną ilustracją znakomitej atmosfery, jaka panuje na zajęciach na GUTW. To ona dyktuje nazwę dominującej w GUTW metody – zbiorowe dociekanie – i to ona rozwiewa wszelkie wątpliwości co do akademickiego charakteru oferty dydaktycznej, jaką proponuje ta jednostka, pełnoprawna część Uniwersytetu Gdańskiego.

Szczególną troskę o taką właśnie kondycję GUTW i jego zawsze wysoką, uniwersytecką jakość, wykazywały zawsze władze naszej Uczelni, począwszy od niezapomnianej, świętej pamięci Inicjatorce powstania tej jednostki, Pani **Profesor Haliny Piekarek-Jankowskiej**. Przez

wiele lat, również w ramach mojej kadencji, czuwały nad tym Panie z Działu Kształcenia UG, jego kierowniczka **Anna Kietrys-Tusk** oraz zastępca kierownika **Danuta Karasek**. Współpracę z nimi wspominam z ogromną przyjemnością! W tych „moich” czasach najważniejszą jednak rolę w czuwaniu nad GUTW odgrywała wspinała Opiekunka tej jednostki, Pani **Ludwika Sikorska**. Jako – od wielu lat – Pełnomocnik JM Rektora UG ds. GUTW pełniła tę funkcję również w czasie kadencji 2008–2012, w czasie której czerpałam wiele radości z bliskiej z Nią współpracy. Towarzyszyłam wówczas organizacji wielu przedsięwzięć, które Pani Ludwika śmiało podejmowała, świadoma zapewne zarówno potencjału, jakim był i jest GUTW UG, jak i własnych, świetnie już wtedy rozwiniętych, kompetencji. Wśród tych przedsięwzięć można wskazać dwie inicjatywy, wyróżniające się swoim znaczeniem dla środowisk zajmujących się kształceniem seniorów oraz... organizacyjnym rozmachem, za który w pełni odpowiada Pani Ludwika Sikorska. Chodzi tu o VII Międzynarodową Konferencję Uniwersytetów Trzeciego Wieku „Uniwersytety Trzeciego Wieku – sprawdzony sposób na aktywne życie seniorów w XXI wieku” która odbyła się w dniach 1–4 września 2010 roku. W licznym gronie jej uczestników istotnym głosem w debatach zaznaczyli się politycy działający na szczeblu krajowym i lokalnym (posłowie i senatorowie, przedstawiciele władz miasta i regionu) oraz przedstawiciele polskiej nauki (między innymi prorektor Uniwersytetu Jagiellońskiego **prof. Andrzej Mania**). Ich wystąpienia były – jak pamiętam – krytyczne, aczkolwiek bardzo budujące i wszyscy mieliśmy poczucie, że dzięki nim otrzymaliśmy wiatr w skrzydła, wiatr, na którym można było po konferencji kształtować nowe, coraz bardziej przyjazne ludziom oblicze uczelni otwartych na „trzeci wiek”. Drugim istotnym wydarzeniem, jakie z przyjemnością wyłaniam teraz ze swoich wspomnień, było spotkanie z prezydentem RP **Bronisławem Komorowskim**, które odbyło się 25 listopada 2010 roku. Sala wypełniona po brzegi i niezwykle trafne – w kontekście aktualnej sytuacji w Polsce i na świecie – śmiało pytania, zdradzające wysoki poziom obywatelskiego zaangażowania Słuchaczy GUTW. Nie było wątpliwości – nieźle kształcimy w tym Uniwersytecie!

Za okres mojej prorektorskiej współpracy ze Słuchaczami GUTW i Osobami, które w latach 2008–2012 nadawały kształt tej unikatowej jednostce, z Panią **Ludwiką Sikorską** na czele, wszystkim serdecznie dziękuję; było to dla mnie niezwykle ubogacające doświadczenie i czas niezapomniany, dobry!

Prof. dr hab. Maria Mendel

¹ Tożsamość gdańszczan. Budowanie na (nie)pamięci, Maria Mendel i Alicja Zbierchowska (red.), Wydawnictwo Uniwersytetu Gdańskiego, Gdańsk 2010.



W okresie od września 2005 roku do końca sierpnia 2008 roku miałam zaszczyt pełnić funkcję Prorektora ds. Kształcenia Uniwersytetu Gdańskiego. Swoje obowiązki podjęłam bezpośrednio po Pani **prof. dr hab. Halinie Piekarek-Jankowskiej**, która utworzyła na naszej uczelni Uniwersytet Trzeciego Wieku. Z założenia studia te

przeznaczone były (i są) dla wszystkich chętnych, którzy weszli w wiek dojrzały i pragną poszerzyć swoją wiedzę i umiejętności. Z drugiej strony ważne było stworzenie forum, na którym pracownicy uczelni mogliby podzielić się najnowszymi osiągnięciami nauki ze starszymi studentami.

Kontakt ze słuchaczami Uniwersytetu Trzeciego Wieku zawsze był dla mnie dużym przeżyciem. Uczestniczyli oni w każdym spotkaniu, zawsze wszyscy brali udział w wykładach; byli i słuchali. Gdy były organizowane zajęcia praktyczne, zawsze wszyscy w nich uczestniczyli. Bardzo żądni wiedzy, nabycia nowych umiejętności i chęci przeżycia czegoś, co daje wiedza i możliwość obcowania z kadrą naukową uczelni. Zawsze czynni i zainteresowani tematem. Lepszych studentów ze świeczką by szukać.

Wysoki poziom prowadzonych zajęć, bardzo dobre warunki lokalowe i zaplecze techniczne (w tym czasie

większość zajęć odbywała się na Wydziale Prawa i Administracji dzięki uprzejmości ówczesnego dziekana, Pana **prof. dr. hab. Jarosława Warylewskiego**) powodowały, że liczba studentów z roku na rok szybko się zwiększała. W ciągu tych trzech lat wzrosła z kilkudziesięciu do kilkuset osób. Duży udział w tym fenomenie mieli pracownicy uczelni. Nie pamiętam, żeby zdarzył się przypadek, aby któryś z pracowników uniwersytetu odmówił przeprowadzenia wykładu czy innych zajęć ze studentami. Pracownicy Działu Kształcenia zawsze starali się pomóc naszym studentom.

Patrząc na nasz sukces i idąc naszym śladem, zaczęto tworzyć uniwersytety trzeciego wieku w innych miastach. Chętnie pomagaliśmy, choć zawsze Uniwersytet Gdański był tym, od którego wszystko się zaczęło. W tym czasie jedną ze studentek Uniwersytetu Trzeciego Wieku była Pani **Ludwika Sikorska** – dzisiaj osoba, bez której nie wyobrażamy sobie funkcjonowania tych studiów. Pamiętam studenta, któremu w życiu tak się ułożyło, że sam nie mógł skończyć studiów, a Jego córka była lekarzem. Ten Pan po skończeniu naszych studiów trzeciego wieku poprosił o specjalny list do córki. Bardzo pragnął, żeby ona również była z Niego dumna. Ten okres nauczył nas, jak bardzo żądna wiedzy jest ta grupa wiekowa, o której zapomina się w innych okolicznościach. Myślę, że przyjdzie moment, gdy sama zapiszę się na studia trzeciego wieku, dołączę do grona słuchaczy i będę mogła poszerzyć swoją wiedzę i umiejętności o rzeczy, na które nigdy wcześniej nie miałam czasu.

Zarówno organizatorom studiów, jak i ich słuchaczom życzyć samych sukcesów!

Prof. dr hab. Anna Szaniawska



*prof. dr hab. Halina
Piekarek – Jankowska*



Od wielu już lat Wydział Prawa i Administracji Uniwersytetu Gdańskiego gości w swych progach słuchaczy Gdańskiego Uniwersytetu Trzeciego Wieku. W każdą środę sale dydaktyczne wypełniają się osobami pragnącymi pogłębiać swoją wiedzę i zaspakajać naturalną ciekawość świata, a nierzadko także – rozwijać swe zainteresowania naukowe i zdolności artystyczne. Duża popularność, jaką cieszą się zajęcia w ramach Uniwersytetu Trzeciego Wieku (czego dowodzi choćby niezwykła, niespotykana gdzie indziej frekwencja) sprawia wielką satysfakcję wszystkim tym, którzy są w mniejszym bądź większym stopniu zaangażowani w to szlachetne dzieło. Cieszę się, że także i my, pracownicy i studenci Wydziału Prawa i Administracji, mamy swój wkład w to przedsięwzięcie.

Korzystając z okazji, jaką stanowi jubileusz dziesięciolecia Uniwersytetu Trzeciego Wieku na naszej uczelni, pragnę wszystkim słuchaczom podziękować, że wybrali właśnie Uniwersytet Gdański jako miejsce realizacji swych pasji. Życzę im wielu sukcesów i zadowolenia z tej formy aktywności, w którą z takim entuzjazmem się zaangażowali. Myślę, że wielki sukces tego dzieła nie byłby możliwy bez życzliwości, wsparcia i ofiarności Pani **Ludwiki Sikorskiej**, której w tym miejscu należą się słowa podziękowania i wdzięczności.

Jak wcześniej wspominałem, Wydział Prawa i Administracji Uniwersytetu Gdańskiego czynnie wspiera ideę Uniwersytetu Trzeciego Wieku. Deklaruję w tym miejscu dalszą nieustającą przychylność władz Wydziału dla tej inicjatywy.

Prof. UG, dr hab. Jakub Stelina
Dziekan Wydziału Prawa i Administracji UG



Gdański Uniwersytet Trzeciego Wieku to nazwa z jednej strony jednoznaczna, doskonale identyfikująca i w pewnym sensie – systemowa, z drugiej strony – trochę myląca, jeżeli nie kojarzyć jej bezpośrednio z Uniwersytetem Gdańskim. To ważne, ponieważ GUTW, z mojej perspektywy, jest integralną częścią UG podobnie jak wydziały i do nich najbardziej jest podobny. Uniwersytet Trzeciego Wieku ma swoich studentów, swoich wykładowców, ma nawet swojego dziekana w osobie Pani **Ludwiki Sikorskiej**, oficjalnie Pełnomocnika Rektora ds. GUTW.

Dzięki zaangażowaniu bardzo wielu osób i prawidłowemu rozumieniu przez nich funkcji i misji UG, w tym JM Rektora, prorektorów, dziekanów, nauczycieli akademickich i pozostałych pracowników, możemy w tym roku świętować dziesięciolecie tego, realizowanego z dużym sukcesem, projektu. Nie znam dokładnych danych statystycznych, nie muszę ich znać, by wiedzieć, że te dziesięć lat to tysiące wdzięcznych studentów, setki bardzo dobrych wykładów i dziesiątki usatysfakcjonowanych wykładowców.

Miałem to niewątpliwe szczęście, iż w zasadzie od początku istnienia GUTW, nie z wyboru i własnej zasługi, lecz jedynie z tytułu pełnionej funkcji, mogłem w realizowaniu tego przedsięwzięcia pomagać, głównie przez podejmowanie decyzji o udostępnianiu sal wykładowych, innych pomieszczeń dydaktycznych i sprzętu na Wydziale Prawa i Administracji. W konsekwencji, gdy na korytarzach spotykałem wielu studentów o średniej wieku wyższej od rozpoczynających studia maturzystów, wiedziałem, że to musi być środa, dzień, w którym popołudnia na Wydziale należały do „studentów trzeciego wieku”.

Osobiście nigdy nie miałem wątpliwości co do sensu i potrzeby tej inicjatywy, ale gdyby ktoś je miał, to powinien choć raz wziąć udział w wykładzie na GUTW. Tytuł autentycznie zainteresowanych i zaangażowanych studentów, uśmiechniętych i szczęśliwych, do ostatniego miejsca wypełniających nawet największe aule, naprawdę ciężko znaleźć na „innych wydziałach”.

Miałem też ten przywilej, iż sam wykłady takie prowadziłem. W moim, przeszło dwudziestopięcioletnim doświadczeniu akademickim, były to jedne z najlepszych chwil, których nigdy nie zapomnę. Nie wiem, czy oklaski, których doświadczałem zawsze na zakończenie wykładu, to zwyczajowa na GUTW kurtuazja, czy po prostu podziękowanie za dobry wykład (co przecież nie jest takie znów częste), w każdym razie każdy taki wykład był jak łyk orzeźwiającej wody: nadawał sens mojej pracy dydaktycznej i dodawał siły do prowadzenia innych zajęć.

Z okazji jubileuszu Gdańskiemu Uniwersytetowi Trzeciego Wieku życzę co najmniej „100 lat”, a sobie – szansy, by kiedyś jeszcze, jako wykładowca lub student nawet, dołączyć do społeczności akademickiej tego Uniwersytetu.

Prof. zw. dr hab. Jarosław Warylewski
Kierownik Katedry Prawa Karnego
Materialnego i Kryminologii
Wydział Prawa i Administracji UG
Dziekan WPiA w latach 2004–2012



Ludwika Sikorska

Moja przygoda z Gdańskim Uniwersytetem Trzeciego Wieku zaczęła się od niepozornego przypadku. O powołaniu UTW na Uniwersytecie Gdańskim dowiedziałam się z mediów i od razu poczułam, że jest to propozycja dla mnie. Właśnie zakończyłam aktywność zawodową, córki rozpoczęły samodzielne życie, a ja potrzebowałam zajęcia, które pozwoliłoby mi wykorzystać czas i energię.

Przez rok pilnie uczęszczałam na zajęcia jako słuchaczka, gdy od władz uczelni otrzymałam propozycję, by zająć się koordynacją GUTW. Chętnie przyjąłam propozycję, choć obawiałam się, że po-

czątki nie będą łatwe. W pierwszym okresie bardzo pomogły mi rozmowy ze słuchaczami, życzliwi ludzie i zaangażowanie władz uczelni, które nadal darzą GUTW ogromną sympatią i wsparciem.

*„Przypadków nie ma.
To, co jawi się nam jako ślepy traf,
pochodzi właśnie z najgłębszych źródeł.”*
Friedrich Schiller

Dziś wiem, że przypadek, który dziesięć lat temu skierował moje kroki na GUTW, na dobre odmienił moje życie. Cieszy mnie, gdy słyszę, że w podobny sposób zmienia się życie naszych słuchaczy, którzy w Gdańskim Uniwersytecie Trzeciego Wieku odnajdują nie tylko sposób na zaspokojenie głodu wiedzy, lecz także przyjaźnię i motywację do dalszych działań.

Ludzie często pytają, co jest podstawą powodzenia prowadzonego przeze mnie Uniwersytetu Trzeciego Wieku. Zwykle odpowiadam, że kluczem do sukcesu są znakomici i sprawdzeni wykładowcy, bogata i zróżnicowana oferta edukacyjna oraz umiejętność wsłuchania się w potrzeby seniorów, choć oczywiście nie da się zadowolić wszystkich, wszak nasi słuchacze, których stale przybywa, są grupą niepowtarzalną i niesamowicie zróżnicowaną. Większość z nich znam z widzenia, wielu kojarzę z nazwiska, a z niektórymi znam się osobiście. Ich historie i pozytywne emocje płynące z uczestnictwa w zajęciach GUTW są dla mnie najlepszą i nieustającą motywacją do dalszej pracy.

Ludwika Sikorska
Pełnomocnik JM Rektora UG ds. GUTW

KOORDYNACJA WEWNĘTRZNA GUTW



Agnieszka Nikodem



Barbara Madany

PROFESOROWIE:

1. prof. dr hab. **Bachórz** Józef
2. dr hab. med. **Bakuła** Stanisław, prof. nadzw.
3. dr hab. med. **Bączek** Tomasz, prof. nadzw.
4. prof. dr hab. **Bolalek** Jerzy
5. prof. UG, dr hab. **Borman** Andrzej
6. prof. dr hab. **Borzyszkowski** Józef
7. prof. dr hab. **Brodecki** Zdzisław
8. prof. dr hab. **Brycz** Hanna
9. dr hab. med. **Bryl** Ewa, prof. nadzw.
10. prof. UG, dr hab. **Ceynowa** Andrzej
11. prof. UG, dr hab. **Chwin** Stefan
12. prof. dr hab. **Cyberski** Jerzy
13. prof. dr hab. **Cyglar** Bogusław
14. prof. UG, dr hab. **Data** Jan
15. prof. dr hab. **Dziemidok** Bohdan
16. prof. dr hab. **Fedorowicz** Stanisław
17. prof. UG, dr hab. **Górka** Bogusław
18. prof. UG, dr hab. **Harciarek** Michał
19. prof. dr hab. med. **Hellmann** Andrzej
20. prof. PG, dr hab. **Jankowski** Robert
21. prof. dr hab. **Januszajtis** Andrzej
22. dr hab. med. **Jassem** Ewa, prof. nadzw.
23. prof. dr hab. **Kaczorowski** Tadeusz
24. prof. dr hab. **Kadulska** Irena
25. prof. UG, dr hab. **Koncewicz** Tomasz
26. prof. UG, dr hab. **Kowalik** Krzysztof
27. prof. dr hab. **Kowalski** Andrzej
28. prof. UG, dr hab. inż. **Królicka** Aleksandra
29. prof. dr hab. **Książek-Czermińska** Małgorzata
30. prof. UG, dr hab. **Kwiatkowski** Marek
31. prof. dr hab. **Kwiek** Piotr
32. dr hab. **Lebiedzińska** Anna, prof. nadzw.
33. prof. dr hab. med. **Limon** Janusz
34. prof. dr hab. **Linkner** Tadeusz
35. prof. dr hab. **Mendel** Maria
36. prof. dr hab. **Miętus** Mirosław
37. prof. UMK, dr hab. **Mikołajewski** Maciej
38. prof. UG, dr hab. **Milewska-Stawiany** Małgorzata
39. prof. dr hab. **Mojski** Józef Edward
40. prof. dr hab. med. **Narkiewicz** Krzysztof
41. prof. dr hab. med. **Narożny** Waldemar
42. prof. dr hab. **Nawrocka** Ewa
43. prof. dr hab. inż. **Niedźwiedzki** Maciej Jan
44. prof. dr hab. med. **Nowicki** Roman
45. dr hab. med. **Nyka** Walenty, prof. nadzw.
46. prof. dr hab. **Ochocka** Renata Jadwiga
47. prof. UG, dr hab. **Olszewski** Henryk
48. prof. UG, dr hab. **Owczarski** Wojciech
49. prof. dr hab. **Palmowski** Tadeusz
50. prof. UG, dr hab. **Patalon** Mirosław
51. prof. dr hab. **Piekarek-Jankowska** Halina
52. prof. dr hab. **Piskozub** Andrzej
53. prof. dr hab. **Pliński** Marcin
54. prof. dr hab. med. **Raczyńska** Krystyna
55. prof. dr hab. med. **Rogowski** Jan
56. prof. UG, dr hab. **Rutkowski** Piotr
57. prof. UG, dr hab. **Samp** Jerzy
58. prof. UG, dr hab. **Sapota** Mariusz
59. prof. UG, dr hab. **Sęktas** Marian
60. prof. UG, dr hab. **Sikorski** Jerzy
61. prof. UG, dr hab. **Skóra** Krzysztof

62. prof. dr hab. med. **Słomiński** Jan Marek
63. prof. dr hab. med. **Studniarek** Michał
64. ks. prof. UG, dr hab. **Szamocki** Grzegorz
65. prof. dr hab. **Szaniawska** Anna
66. prof. dr hab. **Szlachetko** Dariusz
67. prof. dr hab. **Szmeja** Józef
68. prof. dr hab. **Śliwiński** Błażej
69. dr hab. med. **Trzonkowski** Piotr, prof. nadzw.
70. prof. dr hab. **Warylewski** Jarosław
71. prof. dr hab. **Węgrzyn** Grzegorz
72. prof. UG, dr hab. **Włodarski** Józef Arno
73. prof. dr hab. inż. **Wolny** Andrzej
74. prof. dr hab. **Zajadło** Jerzy
75. prof. dr hab. **Zbierni** Andrzej
76. prof. UG, dr hab. **Zeidler** Kamil
77. prof. UG, dr hab. **Zieleniecki** Marcin

DOKTORZY:

1. dr **Arciszewska** Katarzyna
2. dr **Bojanowska** Irena
3. dr **Burdelski** Marcelli
4. dr **Cern** Grażyna
5. dr n. med. **Chelmińska** Marta
6. dr **Ciechanowski** Mateusz
7. dr **Czechowska-Derkacz** Beata
8. dr **Dardziński** Piotr
9. dr n. med. **Drobińska-Jurowiecka** Anna
10. dr n. med. **Foerster** Jerzy
11. dr **Gajewski** Wojciech
12. dr **Gliniecki** Bartłomiej
13. dr **Głabiński** Zbigniew
14. dr **Gnaciński** Piotr
15. dr **Goc** Michał
16. dr inż. **Górska** Anna
17. dr inż. **Grembecka** Małgorzata
18. dr **Grobela** Beata
19. dr **Jędraszek** Sławomir
20. dr n. med. **Jóźwik** Agnieszka
21. dr **Kaczorowska** Anna Karina
22. dr **Karczyński** Łukasz
23. dr n. med. **Kowalczyk** Waldemar
24. dr hab. n. farm. **Kowalski** Piotr
25. dr n. med. **Kozera** Grzegorz
26. doc. dr **Lewandowski** Henryk
27. dr n. med. **Lewicki** Łukasz
28. dr **Machajewski** Henryk
29. dr **Maliszewski** Tomasz
30. dr **Marciniak** Ewelina
31. dr **Marecki** Andrzej
32. dr **Michalski** Andrzej
33. dr n. med. **Neubauer-Geryk** Jolanta
34. ks. dr **Niedałowki** Krzysztof
35. dr **Och** Jarosław
36. dr **Paszke** Marcin
37. dr **Pawlicka** Paulina
38. dr n. med. **Roslan** Marek
39. dr **Rydel** Maciej
40. dr n. med. **Semetkowska-Jurkiewicz** Ewa
41. dr n. med. **Siemiński** Mariusz
42. dr n. med. **Sołtys** Krzysztof Jan
43. dr **Splisgart** Jacek
44. dr **Sykulska-Przybysz** Magdalena
45. dr **Sykuna** Sebastian
46. dr **Szulkowska** Jolanta
47. dr inż. **Szychliński** Grzegorz
48. dr inż. **Śledź** Wojciech
49. dr **Świerk** Katarzyna

50. ks. dr **Świst** Grzegorz
51. dr **Teterycz-Puzio** Agnieszka
52. dr n. med. **Wasilewski** Wojciech
53. dr **Wierucka** Aleksandra
54. dr **Wiewiórowski** Wojciech
55. dr **Wojczulanis-Jakubas** Katarzyna
56. dr n. med. **Wolnik** Bogumił
57. dr hab. med. **Zadrożny** Dariusz

MAGISTRZY I INŻYNIEROWIE, LEKARZE:

1. mgr **Bieliński** Tomasz
2. mgr **Bonk** Edyta
3. lek. **Cubała** Józef Wiesław
4. mgr **Decyk** Paweł
5. lek. wet. **Domżańska-Szostek** Beata
6. mgr **Hołomej** Aleksandra
7. mgr **Jakubczyk** Czesław
8. mgr **Juszczakiewicz** Michał
9. mgr **Kajdańska** Aleksandra
10. mgr **Kawiński** Artur
11. mgr **Kochańczyk** Michał
12. mgr **Król** Rafał
13. mgr **Kuklik** Iwona
14. mgr **Marcinkowska** Magdalena
15. mgr **Masłowski** Aleksander
16. mgr **Mazurek** Piotr
17. mgr **Michalska-Lepczak** Joanna
18. lek. med. **Mielczarek** Janusz
19. mgr **Pastuszak** Katarzyna
20. mgr **Pszczółkowska** Lidia
21. mgr **Rawski** Bartłomiej
22. mgr **Salach** Sylwester
23. mgr **Snakowski** Jerzy
24. mgr **Snarski** Tomasz
25. mgr **Sobecka** Anna
26. mgr **Splisgart** Tomomi
27. mgr **Szczepeński** Marek
28. mgr **Typiak** Jakub
29. mgr **Wei** Yan
30. mgr **Zieliński** Piotr
31. inż. **Kukliński** Marek
32. **Zygmunt** Arkadiusz

ORAZ...

1. **Adamowicz** Paweł – prezydent Miasta Gdańska
2. **Huelle** Paweł – pisarz
3. **Kajdański** Edward – pisarz, dziennikarz, dyplomata
4. **Orzechowski** Adam – dyrektor Teatru Wybrzeże
5. **Perucki** Roman – dyrektor Filharmonii Bałtyckiej
6. **Pramfelt** Magdalena – konsul honorowy Królestwa Niderlandów w Gdańsku
7. **Rocka** Alina – miejski rzecznik praw konsumenta w Gdańsku
8. **Swerpel** Sławomir – kierownik Akademickiej Telewizji Edukacyjnej UG
9. **Święch** Zbigniew – pisarz
10. **Targowski** Michał – dyrektor Gdańskiego Ogrodu Zoologicznego
11. **Weiss** Marek – dyrektor Państwowej Opery Bałtyckiej
12. insp. **Litwiński** Adrian – Straż Miejska w Gdańsku
13. podinsp. **Jagielski** Zbigniew – Komenda Wojewódzka Policji w Gdańsku
14. st. kpt. **Maliszewski** Grzegorz – Komenda Wojewódzka Straży Pożarnej w Gdańsku



WIZYTA PREZYDENTA RP *Bronisława Komorowskiego*

~ 25 listopada 2010 roku ~

Prezydent Rzeczypospolitej Polskiej **Bronisław Komorowski** spotkał się ze słuchaczami Gdańskiego Uniwersytetu Trzeciego Wieku oraz studentami Uniwersytetu Gdańskiego. Spotkanie odbyło się w auli głównej Wydziału Prawa i Administracji UG.

Prezydent wygłosił krótkie przemówienie, dotyczące spraw międzynarodowych i wizji swojej prezydentury, mającej przebiegać pod hasłami budowania w Polsce zgody, łączenia różnych środowisk politycznych i społecznych oraz rozwoju i modernizacji Polski. Słuchacze zebrani w auli chętnie zadawali prezydentowi pytania dotyczące między

innymi miejsca Polski w świecie, relacji międzynarodowych, a także stosunku Polaków do społeczności innych kultur, wyznań i narodowości. Dyskusję moderowała **Ludwika Sikorska**, pełnomocnik rektora UG ds. Uniwersytetu Trzeciego Wieku.

Wystąpienie prezydenta Bronisława Komorowskiego zostało nagrodzone brawami na stojąco. Na koniec spotkania prezydent otrzymał od JM rektora Uniwersytetu Gdańskiego **prof. dr. hab. Bernarda Lammka** wieczne pióro z życzeniami podpisywania jak najlepszych ustaw dla szkolnictwa wyższego w Polsce.



WIZYTA MINISTRA PRACY I POLITYKI SPOŁECZNEJ *Władysława Kosiniaka-Kamysza*

~ 5 listopada 2013 roku ~

Minister pracy i polityki społecznej **Władysław Kosiniak-Kamysz** odwiedził Uniwersytet Gdański. Podczas spotkania ze słuchaczami Gdańskiego Uniwersytetu Trzeciego Wieku minister podkreślił, że jednym z głównych celów polityki społecznej dotyczącej osób starszych staje się zapewnienie im samodzielności oraz stworzenie im warunków dla integracji starszego pokolenia z pozostałymi członkami społeczeństwa. Minister wskazywał też, że w przypadku polityki społecznej wobec osób starszych najsukuteczniejsze działania podejmowane są na szczeblu lokalnym, dlatego tak istotną rolę odgrywają działania realizowane w tym zakresie przez samorządy terytorialne oraz uniwersytety trzeciego wieku.



VII MIĘDZYNARODOWA KONFERENCJA

Uniwersytetów Trzeciego Wieku

~ 1-4 września 2010 roku ~

Konferencja przebiegła pod hasłem „**Uniwersytety Trzeciego Wieku – sprawdzony sposób na aktywne życie seniorów w XXI wieku**”.

Wzięło w niej udział sto siedemdziesiąt osób reprezentujących sto sześćdziesiąt cztery uniwersytety trzeciego wieku z Polski, Litwy, Ukrainy, Białorusi i Mołdawii. Organizatorem konferencji był **Gdański Uniwersytet Trzeciego Wieku Uniwersytetu Gdańskiego** we współpracy z Fundacją dla Uniwersytetu Jagiellońskiego. Sponsorem konferencji była firma farmaceutyczna ASA, wydawca czasopisma „Jestem w Formie”. Patronat nad konferencją objęli JM Rektor UG oraz Prezydent Gdańska.

Podczas spotkania kontynuowano dyskusje podjęte na poprzednich konferencjach, które zaowocowały dynamicznym rozwojem UTW w Polsce. Pojawiły się także nowe, ważne dla przyszłości UTW tematy związane z edukacją seniorów. Podczas wykładów i dyskusji panelowych skoncentrowano się na szczegółowych zagadnieniach dotyczących podnoszenia jakości pracy dydaktycznej oraz na organizacyjnej stronie funkcjonowania UTW. Ponadto przedyskutowano założenia procesu samoakredytacji UTW służącej podnoszeniu jakości ich pracy dydaktycznej i budowaniu autorytetu w środowisku akademickim oraz otoczeniu społecznym. Pierwsze dwadzieścia siedem UTW, zarówno z dużych ośrodków akademickich, jak i z

mniejszych ośrodków, liczących jedenaście tysięcy studentów, otrzymało dyplomy samoakredytacji.

Ważne miejsce podczas konferencji zajęły także wykłady i informacje dotyczące zdrowia i promowania wśród seniorów aktywnego trybu życia. Nie zabrakło również czasu na prezentację i wymianę doświadczeń między poszczególnymi UTW z Polski i z zagranicy. Ponadto uczestnicy konferencji mieli możliwość zapoznania się z bogactwem kulturowym Gdańska.

Z wielkim uznaniem spotkał się urządzony po raz pierwszy tzw. panel rektorski. Do udziału w nim zaproszono reprezentantów władz uczelni: JM rektora UG, **prof. dr. hab. Bernarda Lammka**, prorektora ds. kształcenia UG, **prof. dr. hab. Marię Mendel**, prorektora ds. dydaktyki Uniwersytetu Jagiellońskiego, **prof. dr. hab. Andrzeja Manię**, rektora Politechniki Gdańskiej, **prof. dr. hab. Henryka Krawczyka**, **prof. Piotra Błędowskiego** ze Szkoły Głównej Handlowej w Warszawie, prorektora ds. kształcenia i studenckich Ateneum Szkoły Wyższej, **prof. nadzw., dr. hab. Henryka Olszewskiego**, **doc. dr. Henryka Lewandowskiego** z Wyższej Szkoły Turystyki i Hotelarstwa w Gdańsku, prodziekana ds. studenckich AWFIS w Gdańsku, **dr. Huberta Lewandowskiego**. Ta forma dialogu pozwoliła na doskonalenie partnerskich relacji z władzami uczelni.

„AKTYWNOŚĆ – DEWIZĄ POMORSKIEGO SENIORA” I REGIONALNA KONFERENCJA

Uniwersytetów Trzeciego Wieku Województwa Pomorskiego

~ 7–8 września 2012 roku ~

Głównym celem konferencji było stworzenie warunków do swobodnej wymiany doświadczeń pomiędzy osobami, które na co dzień zajmują się prowadzeniem uniwersytetów trzeciego wieku w naszym województwie. Gośćmi specjalnymi spotkania byli: marszałek województwa pomorskiego **Mieczysław Struk**, eurodeputowany **Jan Kozłowski**, wiceprezydent Gdańska **Ewa Kamińska**, senator **prof. Edmund Wittbrodt**, prorektor ds. kształcenia **prof. Anna Machnikowska**, prorektor ds. studenckich **prof. Józef Włodarski**, dziekan Wydziału Prawa i Administracji **prof. Jakub Stelina** i **Andrzej Kowalczyk** z Regionalnego Ośrodka Polityki Społecznej. Wszyscy oni w ciepłych słowach odnieśli się do idei przyświecających uniwersytetom trzeciego wieku.

Ze względu na cel konferencji w jej trakcie wiele czasu poświęcono na część panelową, w której

udział wzięli liderzy pomorskich UTW między innymi z Czerska, Gdańska, Gdyni, Kartuz, Kościerzyny, Malborka, Pelplina, Pruszcz Gdańskiego, Redy, Rumii, Słupska, Sopotu, Starogardu Gdańskiego, Ustki i Wejherowa. W części przeznaczony na wykłady prelegentami byli znamienici uczeni: **prof. Ewa Kozdroń** (AWF Warszawa), **prof. Bogdan Wojciszke** (SWPS Sopot) oraz **prof. Maria Mendel** (UG). Starali się oni odwrócić sposób myślenia o starości jako nieuchronnej groźbie, na rzecz ostrzegania jej jako szansy dalszego rozwoju i czasu na dzielenie się własnymi doświadczeniami.

Wrześniowa konferencja trafiła w potrzeby środowiska skupionego wokół uniwersytetów trzeciego wieku, czego dowodem jest fakt, że zapoczątkowała praktykę regularnych spotkań, które odbywają się systematycznie na terenie naszego województwa.



W ramach wydarzeń związanych z Europejskim Rokiem
Aktywności Osób Starszych i Solidarności Międzypokoleniowej



Prezydent Miasta Gdańska,
Paweł Adamowicz



oraz
Jego Magnificencja Rektor Uniwersytetu Gdańskiego,
prof. dr hab. Bernard Lammek

mają przyjemność zaprosić
do udziału w cyklu wykładów otwartych dla Seniorów
o tematyce prozdrowotnej oraz profilaktyce bezpieczeństwa.

Kolejne wykłady pt. „**Bezpieczeństwo na co dzień**”
wygłosi podinsp. Zbigniew Jagielski z Komendy Wojewódzkiej
oraz

„**Praktyczne wskazówki z samoobrony**”
wygłosi Adrian Litwiński ze Straży Miejskiej

Wykłady odbędą się **19 maja 2012 r. o godz. 15:50** w Auli Wydziału
Prawa i Administracji Uniwersytetu Gdańskiego, ul. Jana Bażyńskiego 5.
Serdecznie zapraszamy!



Harmonogram wykładów na stronach:
www.gdansk.pl/seniorzy oraz <http://rektor.uni.gd.edu.pl/>



ROK Seniora

~ styczeń-grudzień 2012 roku ~

W ramach wydarzeń związanych z Rokiem Aktywności Osób Starszych i Solidarności Międzypokoleniowej Urząd Miejski oraz Uniwersytet Gdański zorganizowali dla wszystkich seniorów Gdańska cykl wykładów otwartych o tematyce prozdrowotnej oraz profilaktyce bezpieczeństwa.

Inauguracja cyklu miała miejsce w dniu 21 stycznia 2012 roku na Wydziale Prawa i Administracji Uniwersytetu Gdańskiego. Dokonali jej prezydent Miasta Gdańska **Paweł Adamowicz** oraz Jego Magnificencja rektor Uniwersytetu Gdańskiego **prof. Bernard Lammek**. Pierwszy wykład zatytułowany „Związek mądrości z wiekiem” wygłosił **prof. Henryk Olszewski**.

W ramach tego samego wydarzenia miała miejsce **inauguracja projektu Straży Miejskiej: „Wiem, Znam, Działam – Bezpieczny senior”**, którego głównym pomysłodawcą i realizatorem był Referat Profilaktyki Straży Miejskiej w Gdańsku.

HARMONOGRAM WYKŁADÓW:

Edukacja prozdrowotna

- 18.02.2012** „Udar mózgu, atak mózgu”,
dr med. Grzegorz Kozera, Katedra Neurologii, Klinika Neurologii Dorosłych
- 03.03.2012** „Cukrzyca – podstępna epidemia”,
dr med. Bogumił Wolnik, Regionalne Centrum Diabetologii
- 21.04.2012** „Choroby demencyjne”, lek. Janusz Mielczarek

Bezpieczeństwo i zagadnienia prawne

- 19.05.2012** „Bezpieczeństwo na co dzień”,
podinsp. **Zbigniew Jagielski**; „Praktyczne wskazówki z samoobrony”, Straż Miejska
- 16.06.2012** „Przestępstwa w rodzinie, przemoc wobec osób starszych”, mgr Tomasz Snarski
- 21.07.2012** „Kupuj z rozważą – prawa klienta”,
Alina Rocka, miejski rzecznik praw konsumenta w Gdańsku
- 18.08.2012** „Działania i kompetencje Państwowej Straży Pożarnej”, Straż Pożarna

- 15.09.2012** „Prawo spadkowe – rodzaje testamentów i ich sporządzenie”, mgr Tomasz Snarski

Edukacja prozdrowotna

- 20.10.2012** „Choroby żył – czy należy się ich bać?”,
dr med. Jolanta Neubauer-Geryk, Zakład Fizjologii Klinicznej
- 17.11.2012** „Ból – przyjaciel czy wróg człowieka? Jak znaleźć jego przyczynę?”, prof. Walenty Nyka, Kierownik Katedry Neurologii, Kliniki Neurologii Dorosłych
- 15.12.2012** „Nadciśnienie tętnicze – cichy zabójca!”,
prof. Krzysztof Narkiewicz, kierownik Zakładu Nadciśnienia Tętniczego Katedry Nadciśnienia Tętniczego i Diabetologii

PROJEKT WYKŁADÓW OPRACOWAŁA LUDWIKA SIKORSKA,
PEŁNOMOCNIK JM REKTORA UG
DS. UNIWERSYTETU TRZECIEGO WIEKU,
CZŁONEK GDAŃSKIEJ RADY DS. SENIORÓW

„**AKWIZYTOR I BANKIER** – przyjaciel czy wróg?”

~ 14 października 2009 roku ~

Nieuczciwi akwizytorzy, oferujący różnego rodzaju usługi i produkty, sztuczki reklamowe pośredników udzielających pożyczki, skomplikowane umowy bankowe czy ubezpieczeniowe – wszystko to sprawia, że starsi ludzie coraz częściej stają się ofiarami oszustw lub nieuczciwych praktyk. Aby temu przeciwdziałać, na Wydziale Prawa i Administracji Uniwersytetu Gdańskiego odbyły się dwie debaty otwarte, w których udział wzięli: **Alina Roc-ka** – miejski rzecznik praw konsumenta w Gdańsku, **Krzysztof Szerkus** – pełnomocnik rzecznika praw obywatelskich oraz podinspektor Zbigniew Jagielski z Komendy Wojewódzkiej Policji w Gdańsku. Moderatorem debaty była **Beata Czechowska-Derkacz** – rzecznik prasowy Uniwersytetu Gdańskiego.



„**GDAŃSKI SENIOR** mądrze gospodaruje energią elektryczną i gazem”

~ 19 maja 2010 roku ~

O tym, jak mądrze gospodarować mediami w gospodarstwach domowych, dyskutowali eksperci w czasie dwóch otwartych debat „Gdański senior mądrze gospodaruje energią elektryczną i gazem”, które odbyły się w auli Wydziału Prawa i Administracji Uniwersytetu Gdańskiego. Debata poprowadził **prof. dr hab. Jerzy Bolałek** z Uniwersytetu Gdańskiego. W debatach udział wzięli przedstawiciele: **Urzędu Regulacji Energetyki, Polskiego Górnictwa Naftowego i Gazownictwa**. Zaproszeni goście opowiedzieli o czynnikach, które mają wpływ na zużycie poszczególnych mediów, oraz o tym, co składa się na rachunki i dlaczego opłaty za media rosną.

Praktyczne wskazówki dla seniorów wynikające z przebiegu obu debat zamieszczone zostały na portalach internetowych dla seniorów.

„**ROZWÓJ TWÓRCZY** osób 55+”

~ 9 maja 2013 roku ~

O teatrze, filmie, operze i tańcu oraz swych doświadczeniach w pracy artystycznej z osobami w wieku 55+ rozmawiały w trakcie debaty „Rozwój twórczy osób 55+”: **Marzena Nieczuja-Urbańska** – aktorka Teatru Wybrzeże, pedagog i animatorka kultury, **Elwira Rewińska** – polonistka i filmoznawczyni, **Anna Dereń** – pedagog i animatorka kultury z Centrum Inicjatyw Edukacyjnych w Kartuzach oraz **TO-EN** – tancerka butoh i choreografka, która była główną inicjatorką przedsięwzięcia.



LUDZKIE DROGI do Najwyższego



Ks. dr Krzysztof Niedałowki
Doktor teologii (etnologia religii), absolwent KUL-u, duszpasterz twórców archidiecezji gdańskiej, rektor kościoła św. Jana, wykładowca w Wyższym Seminarium Duchownym w Gdańsku i Gdańskim Instytucie Teologicznym.

Zapytałem kiedyś tybetańskiego mnicha w himalajskim klasztorze o wyjaśnienie tajemnicy istnienia tak wielu religii. Pomyślałem, że z Dachy Świata może być dobry widok na mapę ludzkich dróg do Najwyższego. Tym bardziej, że przez ten niewielki klasztor przewijają się ludzie ze wszystkich zakątków świata, zdążający na najwyższy szczyt ziemi, Everest. Podeszły wiekiem człowiek, wyćwiczony w długich medytacjach, powiedział krótko: „Jest tyle słów na oznaczenie miłości, ile jest języków na świecie. Każde słowo brzmi inaczej, a wszystkie znaczą to samo. Ale nawet gdyby nie mówić o miłości – nie można bez niej żyć”.

W głębokościach afrykańskiego buszu, bardzo blisko równika, na pograniczu Kamerunu i Konga, żyją Pigmeje Baka. Pierwszy raz widzieli oni białego człowieka 20 lat temu. Przed kilku laty trafiłem do ich leśnych osad za sprawą księdza Jana – misjonarza z Gdańska. Towarzyszyłem mu w czasie katechezy tłumaczonej z francuskiego na miejscowy dialekt. Moje afrykanistyczne pasje doprowadziły mnie wcześniej do rozpoznania zarysu ich wierzeń i mitów. Wiedziałem, że Istotę Najwyższą – Stwórcę i Dawcę Życia – nazywają Komba. Jego dwaj synowie-bliźniacy są bóstwami opiekuńczymi. Odpowiadają za pomyślność łowów i za płodność. Pigmeje Baka są ludem zbieracko-łowickim, czyli nie uprawiają ziemi i nie hodują zwierząt. Wszystko, co im potrzebne do życia, znajdują w buszu. Aby nie wytrzebić zwierzyny i nie wyekspluować do końca dzikich owoców leśnych, przenoszą swoje obozowiska z zadziwiająco regularnością, świadczącą o wysokiej świadomości ekologicznej. To ostatnie określenie jest oczywiście bardzo europejskie i nowoczesne. Pigmeje mają to w genach od tysięcy lat jako prosty warunek przetrwania. Jest to istotna część ich religijnego rozumienia świata. Wszystko zawdzięczają dobremu Kombi. Zły duch buszu Djengi musi natomiast otrzymywać obłaskawiające ofiary. Tubylcy, pytani przeze mnie o ducha buszu, nie chcieli jednak mówić o nim wprost. Wspominali coś o dawnych zwyczajach. Zapytałem ich zatem o potępienie i zbawienie po śmierci. Powiedzieli, że wszyscy będą zbawieni. A co z karą dla złych ludzi? – drażyłem dalej. Odpowiedzieli, że Komba zabierze dobrych ludzi do siebie, a złych pozostawi na Ziemi, aby czekali. Ale później wróci i po nich – dodali na koniec.

Katecheza kerygmaticzna księdza Jana dotyczyła tym razem Chrystusa. Wcześniej opowiadał im o Bogu Ojcu – Stwórcy nieba i ziemi. Przyjęli z radością dobrą opowieść białego człowieka. Nauczyli się modlitwy do Naszego Ojca. Recytowali zgodnie: „Komba nasz, któryś jest w niebie...”

Ksiądz Jan zaakceptował to nie bez wahania. W końcu wierzyły w tego samego Dawcę Życia. Gdy jednak przyszło do opowieści o Jego Synu – zaczęły się progi dzielące Baka i Kościół w sposób bardziej radykalny. Pigmeje Baka chętnie słuchali o dobrym nauczycielu, który leczył chorych i kazał kochać braci. Na koniec powiedzieli: „To dobry syn Kombi – przyjmujemy go na trzeciego”. „Jak to?” – zdziwił się ksiądz Jan. „Cieszymy się – dodali – że bliźniaki będą miały brata”.

Czy można chrzczyć tych dobrodusznych i ufnych ludzi z takim odmiennym kosmosem w duszach, odziedziczonym po przodkach żyjących tu i tak od zawsze? Czy polanie wodą głowy religijnego człowieka, który wierzy całym sobą w Pana Dzikich Zwierząt, nie byłoby uszczęśliwianiem na siłę? A przecież Jezus nakazał głosić Dobrą Nowinę aż po krańce Ziemi! Takie wątpliwości często nachodziły księdza Jana w sercu afrykańskiego buszu. Wtedy brał siekiere i szedł rąbać drzewo.

Kardynał Francis Arinze, przewodniczący Papieskiej Rady ds. Dialogu Międzyreligijnego: „Dialog międzyreligijny nie jest tym samym, co studium porównawcze różnych religii, choć dyscyplina ta jest ogromnie ważna i przydatna”.

Co może robić katolicki kapłan na uroczystościach żydowskiego święta Paschy w synagodze? Otóż... może pełnić funkcję lektora odczytującego *Haggadę paschalną*. Takie właśnie doświadczenie stało się moim udziałem przed kilku laty...

W budynku należącym obecnie do szkoły muzycznej w jednej z dzielnic Gdańska zgromadzili się członkowie gminy wyznania mojżeszowego. Czuli się trochę niepewnie. Wprawdzie architektura sali, która jeszcze pół wieku temu była synagoga, ośmielała ich, niemniej jednak wyraźnie wyczuwało się jakąś niepewność, wywołaną długą przerwą we wspólnym świętowaniu, podeszłym wiekiem większości zgromadzonych i nikłą znajomością języka polskiego u prowadzącego rytuał młodego amerykańskiego rabina. Zaproszono mnie ze względu na świeże więzy przyjaźni zadziergnięte podczas wspólnego „Święta Biblii – Święta Tory”, zorganizowanego przez wyznawców chrześcijaństwa i judaizmu w Gdańsku. Przyjechali wówczas do nas ważni goście z Nowego Jorku i Warszawy. Wrócił do dawnej synagogi zwój Tory, wywieziony w obawie przed wojną. Było historycznie, ale i bardzo zwyczajnie. Modlitwy, śpiewy, biesiady.

Zaproszenie na święto Paschy bardzo mnie ucieszyło. Przecież nasza Wielkanoc wyrasta z tej wielkiej tradycji. Nieco podniekowany i onieśmielony wszedłem do przestronnej sali zastawionej udekorowanymi stołami. Posadzono mnie tuż obok rabina. Młody Amerykanin bardzo spontanicznie zachęcał zgromadzonych do radosnej celebracji. Gdy jednak przyszło do odczytania *Haggady paschalnej*, czyli opisu wyjścia z Egiptu, zaczęły się problemy. Lektura wiekowego polskiego tłumaczenia, z kartek odbitych niezbyt wyraźnie z oryginalnej księgi, przysparzała nie lada kłopotu kolejnym mężczyznom. Rabin miał trudności językowe, starsi panowie nie mieli odpowiednio donośnych głosów. Rytuał zachwiał się na dobre. Wówczas prowadzący zdecydował się poprosić mnie jako człowieka, który zajmuje się publicznym przemawianiem, abym płynnie i głośno odczytał świąteczny tekst. W pierwszej chwili na twarzach zebranych pojawiło się niedwuznaczne zaskoczenie. Moja twarz chyba nie różniła się od innych. W miarę postępo-

wania narracji pojawiła się jednak nuta oczywistości i radości. Przecież tę samą historię czytałem w mojej świątyni zupełnie niedawno w czasie Wielkiej Nocy.

Szczególne wrażenie zrobił na mnie rytuał upuszczania kropli czerwonego wina z kielicha na talerz w momencie, gdy odczytywałem kolejne nazwy plag egipskich. Na koniec poczułem przedziwną wspólnotę z tymi „ludźmi innej wiary” – jak mówią o nich rówieśnicy moich rodziców. Ale wspólnota owa nie niweluje różnic. Miałem się o tym przekonać za chwilę. Rabin, po spożyciu posiłku, poprosił mnie o tłumaczenie przypowieści, którą ze względu na wagę każdego słowa musiał opowiedzieć po angielsku. „Znów padło na mnie” – pomyślałem. Zacząłem więc snuć historię żydowskiej rodziny, powtarzając jak echo zdania rabina. Ostatnie z nich miało być życzeniem i testamentem starego ojca z przypowieści dla pozostałych: „Przestrzegajcie tych praw i czekajcie na przyjście Mesjasza”. Rabin zakończył tym samym życzeniem sformułowanym w pierwszej osobie liczby mnogiej. Mnie pozostało przetłumaczenie. Dziwnie mi się jednak zrobiło z tym oczekiwaniem. Na zakończenie dodałem więc od siebie: „Wy czekajcie na pierwsze przyjście Mesjasza, a my – na drugie. I przestrzegajmy wszyscy naszych praw”.

Również debata pomiędzy przedstawicielami różnych religii, prowadzona nawet w najbardziej przyjaznej atmosferze, nie jest dialogiem międzyreligijnym. W spotkaniach dialogicznych nikt nie próbuje wykazać, że jest w posiadaniu jedynej racji i że ci, którzy wierzą inaczej, tkwią w błędach (kard. Francis Arinze).

W czasie moich monachijskich studiów spotkałem się z prostą formułą obrazującą stosunek chrześcijaństwa do islamu w ciągu dziejów wzajemnych relacji. Oto według trójstopniowego schematu pierwsze wieki określało słowo *ignorancja*. Chrześcijanie niewiele wiedzieli o tajemniczych „dzikusach” i nie chcieli wiedzieć więcej. Narastał jedynie strach powodowany wieściami o ich ekspansji. Jako reakcja obronna pojawiła się druga forma odniesienia – arogancja. W ramach tej postawy doskonale mieściły się wyprawy krzyżowe. Wreszcie w dobie powszechnych migracji ignorancja miała ustąpić miejsca ciekawości, a arogancja zmieniła się w tolerancję.

Przyznam, że ten prosty schemat trafił do mojej wyobraźni i zainspirował do podjęcia badań z dziedziny historii religii. Przedstawiłem go nawet w ramach dysputy międzyreligijnej „Biblia – Koran”. W zaciemnionej sali Uniwersytetu Gdańskiego zasiedliśmy wokół świętych ksiąg ramię w ramię z profesorem najstarszego uniwersytetu na naszej planecie – kairskiego Al-Azhar. Nie wiedziałem wówczas, że dane mi będzie kiedyś odwiedzić tę szacowną uczelnię, a nawet spotkać jej wielkiego szejka – najwyższy autorytet religijny w świecie islamskim.

Ubiegłoroczna wizyta w Kairze z okazji pielgrzymki papieskiej do Egiptu była dla mnie doskonałym dopełnieniem obrazu wzajemnych stosunków i okazją do korekty niektórych schematów. Uświadomiłem sobie, że wcale nie jest tak dobrze z wzajemną tolerancją i że ignorancja nie do końca została przezwyciężona. Przygotowując moją egipską wyprawę i zbierając na miejscu pierwsze doświadczenia, rozumiałem, że zamiast rzetelnej wiedzy posługujemy się fałszywymi kliszami. I to po obu stronach.

Przeciętny człowiek Zachodu na hasło „islam” reaguje prostymi skojarzeniami zaszczyconymi przez media: fundamen-

talizm, terroryzm, arabski bałagan. W takim tonie utrzymane są nagłówki gazet i tak brzmią pierwsze komunikaty dzienników na temat Bliskiego Wschodu. Mechanizm jest prosty. Media reagują (w duchu sensacji) wówczas, gdy coś wybucha, gdy leje się krew, kiedy polityka wciąga do wojny religię. Innych doniesień w zasadzie nie ma. Kto z nas uświadamia sobie, że cyfry, którymi się posługujemy, zawdzięczamy Arabom? Że ich uczeni ocalili dla nas dużą część starożytnej filozofii greckiej. Kto, używając słów, takich jak *zenit* czy *algebra*, myśli o arabskich podwalinach sztuki nawigacji, matematyki czy medycyny? Wszystkie te zasługi islamskiego świata dla ludzkiej cywilizacji wydobyl papież już na lotnisku w swoim powitalnym przemówieniu. Nie mam pojęcia, czy miał dokładne pojęcie o nastrojach, jakie poprzedzały jego przyjazd. Ale z temperatury ulicznych rozmów i lektury codziennych gazet nie wylaniał się wcale obraz bezproblemowej radości.

Arabowie mają na nasz temat również swoje mentalne klisze. Im Zachód, a więc świat chrześcijański, kojarzy się przede wszystkim ze zbrojną agresją krucjat, które doprowadziły do przelania arabskiej krwi i wieloletniej okupacji ich ziem. Kolonializm wszystkich odcieni – protektoraty, mandaty i eksploatacja ekonomiczna słabszych cywilizacyjnie społeczeństw islamskich – to w ich oczach prosta kontynuacja wypraw krzyżowych. I wreszcie najnowsza odmiana agresywności niewiernych: amerykańska i rosyjska mocarstwowość militarna. Nam może wydać się to nonsensem, ale inwazja Rosji na Czeczenię to dla nich nic innego, jak napaść chrześcijan na muzułmanów.

W takim kontekście wizyta papieża, wodza chrześcijan, w kraju pretendującym do roli lidera wspólnoty arabskiej wcale nie była radosnym promieniem nadziei pojednania. Spodziewano się raczej kolejnego dowodu ekspansji Zachodu. I tu z pomocą przyszły niespodziewanie: wiek i fizyczna słabość papieża. Gdy z samolotu wysiadł kruchy starzec, podpierający się laską zgarbiony mężczyzna, od razu przysły podejrzenia o krucjatę. Arabowie, w odróżnieniu od nas, wielkim szacunkiem darzą sędziwość. Po kilku pierwszych spotkaniach z władzami i przedstawicielami islamu było już wiadomo: nie przyjechał podstępny krzyżowiec, ale godny szacunku mędrzec.

W taki sposób ignorancja i arogancja najskuteczniej zamieniają się w tolerancję, a może nawet we wzajemny szacunek. Gdy ludzie religijni patrzą sobie w oczy, to zamiast medialnych uprzedzeń pojawiają się szczerze pytania, osobiste świadectwa i spokojne zrozumienie różnic. Do tego nie potrzeba nawet dalekich podróży. Mnie się udało w rodzinnym Gdańsku spotkać wyznawców Proroka, którzy przeczytali mi z Koranu nakaz Mahometa, aby „ludzi Księgi traktować ze szczególną uwagą i szacunkiem”.

I jeszcze jedno. Ostatnim państwem islamskim w historii był Sułtanat Turecki. Dziś przywódcy polityczni powołują się na Koran często wyłącznie instrumentalnie, co – nie dość powtarzać – nie ma nic wspólnego z istotą islamu. Dla nas zaś jest oczywiste, że Putin nie wysłał czołgów przeciwko Czeczenom w imię Ewangelii.

Dialog międzyreligijny nie jest próbą pozyskania innych dla własnej religii. Nie możemy oczywiście żadnemu religijnemu człowiekowi zabronić dzielenia się swoją wiarą z innymi. Jednakże z całą jasnością i wyrazistością należy odróżnić dialog międzyreligijny od działań zmierzających do nakłaniania kogokolwiek do zmiany wyznawanej wiary (kard. Francis Arinze).

Hasło „pluralizm religijny” – wpisane po angielsku do internetowej przeglądarki – powoduje pojawienie się kilku stron zredagowanych przez Harvard University w Bostonie. Wszystkie one prowadzą do witryny zatytułowanej Pluralism Project. Poważna uczelnia i wielowłatkowa inicjatywa naukowa, uzbrojona w najnowsze zdobycze elektronicznych mediów, wzbudziły moje zainteresowanie. Religioznawcy, socjologowie, psychologowie i kulturoznawcy zareagowali po prostu na nową rzeczywistość wielkiej aglomeracji miejskiej, która w ostatnim trzydziestoleciu radykalnie zmieniła swoje oblicze wyznaniowe. Nowe przepisy migracyjne z 1965 roku doprowadziły do odwrócenia sytuacji znanej z biblijnego opisu Wieży Babel. Oto wszyscy mówią na powrót jednym językiem i opowiadają o swoich doświadczeniach z krańców świata.

Poprzednie fale migracyjne przynosiły do Bostonu najpierw Anglików, a potem mieszkańców południowej i wschodniej Europy. Byli to chrześcijanie i Żydzi. Tak było niemal do naszych czasów. Nowi imigranci z końca XX wieku przybyli tu z Azji, Afryki, Ameryki Łacińskiej, Bliskiego Wschodu i z Europy. Populacje wywodzące się z nowych kierunków zwiększyły się w latach osiemdziesiątych i dziewięćdziesiątych niezwykle szybko: Azjaci podwoili swoją liczbę, przekraczając pulap pięciu procent, a Afrykanie urosli do jednej czwartej. Boston początku XXI wieku stanowi zupełnie nową jakość rasową, etniczną i kulturową. Za tymi liczbami kryją się oczywiście również wartości religijne. Jeszcze nigdy w historii Bostonu życie religijne nie było tak bogate i złożone – konkludują autorzy projektu. A potem następuje wyliczanka: buddyści i chrześcijanie z Wietnamu, Kambodży, Chin i Korei; hinduiści, muzułmanie, dżiniści, sikhowie, zoroastrianie i chrześcijanie z południowej Azji; prawosławni chrześcijanie z Syrii i arabscy wyznawcy islamu. Poza tym liczni imigranci z Karaibów i Ameryki Łacińskiej przynieśli, oprócz energicznego katolicyzmu, kultury voodoo i santerię. Wreszcie w nowym krajobrazie wyznaniowym pojawili się wyznawcy religii możeszowej z Rosji i Ukrainy. Jednym z najważniejszych problemów stojących przed naszym społeczeństwem na przełomie wieków jest kwestia spotkania religii i kultur o tak niezwykle zróżnicowanych rodowodach – piszą bostońscy naukowcy. I nie jest to tylko teoretyczne rozważanie. Kilka faktów z dziedziny budownictwa ilustruje namacalność problemu. W czerwcu 2000 roku podjęto realizację projektu budowy meczetu w dzielnicy Roxbury. Będzie on mógł pomieścić 1600 osób. Dżiniści zorganizowali swoje centrum religijne w dawnym szwedzkim kościele luterzańskim przy Cedar Street. W maju 1990 roku konsekracja tradycyjnej świątyni hinduistycznej Sin Lakshmi zgromadziła tysiące wyznawców ze wspólnot indyjskich w Bostonie. Budowla ta stała się znakiem rozpoznawczym słynnego bostońskiego maratonu, stoi ona bowiem tuż obok miejsca startu tego najważniejszego wydarzenia sportowego aglomeracji.

„Projekt Pluralizm”, oprócz badań nad wpływem nowych społeczności religijnych na oblicze miasta i zmian psychologicznych, jakie zachodzą na skutek wzajemnych relacji, owocuje również konkretnymi działaniami społecznymi. Inicjatywy międzyreligijne dotyczą walki z AIDS i rozwiązywania kwestii socjalnych.

Nie można żyć tylko obok siebie. Jak jednak budować nowe społeczeństwo wieloreligijne, aby „Projekt Pluralizm” nie przekształcił się w „Projekt Nowa Wieża Babel”?

KS. KRZYSZTOF NIEDAŁTOWSKI
PRZEDRUK Z CZASOPISMA „WIĘZ” NR 5/2001

WDZIĘCZNOŚĆ W BUDOWANIU *jakości* *życia seniora*



Prof. UG, dr hab. Henryk Olszewski
Psycholog, wykładowca Uniwersytetu Gdańskiego na Wydziale Nauk Społecznych, prorektor Ateneum – Szkoły Wyższej w Gdańsku.

Zwiększająca się liczba osób starszych powoduje występowanie zjawiska tzw. podwójnego starzenia się. Jest to wzrost odsetka ludzi w wieku sześćdziesięciu i sześćdziesięciu pięciu lat oraz wzrost subpopulacji w wieku ponad siedemdziesięciu pięciu i osiemdziesięciu lat oraz dziewięćdziesięciu i stu lat. Dlatego XXI wiek nazywany jest stuleciem stulatków. Człowiek rozumny winien sporo uwagi poświęcać ocenie własnego życia, dokonując jej codziennie. Jednak w pełni własne życie może ocenić dopiero w jesieni życia. Spektrum ocen może być szerokie: od jego akceptacji po negację.

Doświadczając starzenia się i starości, szukamy odpowiedzi na pytanie o zadowolenie z dotychczasowego życia i jego bilans. Z literatury psychologicznej dowiadujemy się, że bilans życia odgrywa ogromną rolę w procesie psychoterapii, zwłaszcza u ludzi starszych. Akceptacja minionego życia (bilans pozytywny) daje zyski psychologiczne, takie jak zadowolenie, satysfakcja, duma i spełnienie. Ocena negatywna (bilans negatywny) powoduje natomiast powstawanie kosztów, takich jak frustracja, poczucie winy, niezadowolenie, wstyd i rozczarowanie. Gdy zyski przewyższają koszty, bilans psychologiczny jest dodatni. Kiedy koszty sytuują się wyżej niż zyski, bilans życia staje się ujemny. Ocena własnego życia bardziej zależy od właściwości człowieka, od jego aktualnej sytuacji niż od zdarzeń z jego biografii. Dlatego bez względu na wiek osoby deklarujące wysoki poziom jakości życia odznaczają się takimi cechami osobowości, jak: ekstrawersja (czyli otwartość na świat), sumienność i niezbyt silny neurotyzm (brak równowagi emocjonalnej). Cechy osobowości nie wpływają bezpośrednio na poczucie jakości życia, ale modyfikują jego nasilenie, czyli są regulatorami posiadanych zasobów (np. ekstrawersja ułatwia znajdowanie wsparcia, sumienność maksymalizuje sukces, a neurotyzm usposabia do ograniczania kontaktów).

Zadowolenie z życia utożsamiane jest z dobrym samopoczuciem (well-being), szczęściem (happiness), jakością życia (quality of life). Można je rozumieć jako subiektywne poczucie zadowolenia z życia.

Satysfakcja z własnego życia budowana jest na podstawie zadowolenia:

1. z różnych jego wymiarów,
2. z własnego losu,
3. ze zgodności oczekiwań z własnymi osiągnięciami.

W badaniach bilansu życia osób starszych wykazano różnice istotne statystycznie pomiędzy mieszkańcami Domów Pomocy Społecznej, których bilans życia wypada negatywnie, a osobami zamieszkującymi domy rodzinne. Badanych grup nie różnicowały wiek i płeć.

Osoby z wykształceniem średnim i wyższym lepiej oceniają własne życie niż osoby z wykształceniem podstawowym i zawodowym. Również rodzaj wykonywanej pracy koreluje z poziomem bilansu życiowego. Osoby pracujące w przeszłości umysłowo podsumowują swoje życie lepiej od osób pracujących fizycznie. Podobnie wyżej swoje życie podsumowują osoby o lepszym stanie zdrowia i wyższym poziomie dochodów od innych.

pozytywna samoocena i pogodny nastrój w starości, powiązane z pozytywnym bilansem własnego życia, są skutkami jednego z najprzyjemniejszych uczuć, jakim jest wdzięczność. Wdzięczność chroni przed narzekaniem, zazdrością i różnymi przypadłościami życia, a więc może pełnić funkcje profilaktyczne i prowadzić do szczęścia. Występuje ona razem z radością, jest świętowaniem radości. Już Cicero traktował wdzięczność jako największą cnotę-matkę wszystkich cnót.

Wdzięczność nie musi być kojarzona wyłącznie z przeżyciami pozytywnymi. Może ona być traktowana jako przejaw słabości, ciężar, co może powodować, że ludzie będą się wzbraniać przed jej ujawnianiem, które z różnych względów może być niewygodne. Wdzięczność może być też traktowana jako emocja wielowymiarowa, gdyż z jednej strony ofiarodawca budzi odczucia przyjemne (wdzięczność, wzruszenie), z drugiej strony pokazuje niższość ofiarowanego wobec siły dobroczyńcy, co może rodzić poczucie zagrożenia dla jego samooceny (zakłopotanie, konfuzje, nieufność, niepewność co do motywów darczyńcy), czyli emocje negatywne. Dlatego doświadczanie dobroci od innych może wywoływać różne emocje.

W gerontologii oraz w geriatryi rozwinął się ruch zwany nową gerontologią, którego elementem jest paradygmat tzw. pozytywnego starzenia się. Jego zwolennicy twierdzą, że pomysłne starzenie się jest efektem jednostkowego wyboru, wysiłku i aktywności. Jednym ze składników pozytywnego starzenia się jest właśnie wdzięczność, która może być rozumiana jako społeczna emocja pozytywna; afektywna emocja względem korzyści, pomocy jako efektu intencjonalnego działania ofiarodawcy; afektywna cecha lub nastrój. Można na nią spojrzeć w aspekcie moralnym i społecznym jako na wielowymiarową interakcję między ofiarodawcą a obdarowanym. W aspekcie społecznym wdzięczność może być rozpatrywana jako obowiązek moralny, utrzymujący relacje i pobudzający do zachowań prospołecznych i altruistycznych. To rozumienie wdzięczności jako inwestycji społecznej pozwala wyróżnić jej cechy z perspektywy postaw prospołecznych:

1. moralny barometr, który pozwala ocenić charakter wdzięczności tzn. wartość daru dla darczyńcy (oraz jego intencje) i obdarowanego,
2. zdolność wzmacniania zachowań prospołecznych przez np. podziękowanie za dar, nagrodzenie, docenienie, co zwiększy prawdopodobieństwo powtórzenia się danego czynu altruistycznego w przyszłości,
3. motywacja do pomagania w przyszłości przez osobę, która doświadczyła pomocy i korzyści.

Ta prospołeczna postawa nie musi być kierowana na darczyńcę, ale na innych ludzi, którzy tej pomocy potrzebują. Dlatego można stwierdzić, że ludzie doświadczający wdzięczności czują naturalną potrzebę wzajemności w stosunku do innych osób znajdujących się w potrzebie. Wdzięczność mo-

że być rozumiana jako dyspozycja emocjonalna, stały element osobowości, stały sposób reagowania na życzliwość innych.

Wdzięczność jako emocja pozytywna jest źródłem dobrostanu i spokoju ducha. Nie można być jednocześnie wdzięcznym i nieszczęśliwym, ponieważ wdzięczność wymaga potwierdzenia, że życie ma wartość bez względu na doświadczane trudności. Jest ona umiejętnością życiową podobnie jak altruizm i zdolność wybaczenia, będącą skutkiem adaptacji, a nie jej przyczyną. Wdzięczność jest niezbędną emocją podnoszącą jakość życia, pozwalającą odzyskiwać równowagę po doświadczeniu kryzysów. Człowiek starszy doświadczający strat, odczuwający pogarszanie się warunków życia, powinien nauczyć się kultywować wdzięczność za dostrzegane, pozytywne szczegóły nieprzyjemnych i złych doświadczeń. Jej konsekwencją będzie wtedy pozytywne starzenie się skutkujące pozytywną postawą wobec życia.

Wdzięczności można się nauczyć, jest umiejętnością utrwalaną dzięki jej ćwiczeniu, praktykowaniu i doświadczaniu. Pozwala ona pomóc w dostrzeganiu i docenianiu darów chwili i doświadczyć wolności od żalów i niepokojów o przyszłość. Umożliwia uświadomienie sobie, że szczęście nie zależy od czynników materialnych, lecz osadzone jest w sieci dawania i otrzymywania

Osoby starsze mogą optymalizować wdzięczność przez:

1. prowadzenie dzienniczka wdzięczności i zapisywanie w nim wydarzeń (minimum pięciu) przyjemnych, szczęśliwych, radosnych, relaksujących oraz zachęcanie do zwiększania liczby wydarzeń, analizowanie ich i głośne o nich mówienie,
2. przypominanie sobie sytuacji z wcześniejszego życia, w których odczuwały wdzięczność, i interpretowanie wpływu tych sytuacji na dalsze życie,
3. próbę zrozumienia, że niezależnie od trudności i pogarszającego się stanu zdrowia można odczuwać wdzięczność i dostrzegać pozornie niewidoczne dodatnie strony sytuacji

Liv Larsson w książce pod wymownym tytułem *Wdzięczność. Najtańszy bilet do szczęścia* cytuje słowa swojego przyjaciela, który rozmyślając nad darami życia, tak oto odpowiada sobie na pytanie *Za co jestem wdzięczny?*:

- Ze mogę sprzątać po imprezie, bo to znaczy, że mam przyjaciół.
- Za podatki, które płacę, bo to znaczy, że mam dochody.
- Za ubrania, które są za ciasne, bo to znaczy, że mam co jeść.
- Za zmęczenie i ból w mięśniach, bo to znaczy, że mogę ciężko pracować.

Jak widać, każda sytuacja może być różnie interpretowana, ale należy nauczyć się patrzeć na nią pod odpowiednim kątem, który skłoni do wdzięczności.

A dlaczego często jesteśmy niewdzięczni? Bo zapominamy, bo uważamy, że to, co mamy, jest oczywiste i nam się należy. Ale tak nie jest. Powiedzmy sobie – nie ma żadnych oczywistości.

Ludzie potrafiący okazywać wdzięczność są lubiani przez innych, gdyż wdzięczność działa jak lekarstwo. To pożywka dla relacji miłosnych, zawodowych, towarzyskich i przyjacielskich. Jak mówi autorka cytowanej wyżej książki „wdzięczność ma magiczną moc... gdy jej doświadczamy, wydaje się ona rosnąć w miarę, jak ją wyrażamy”.

PROF. UG. DR. HAB. HENRYK OLSZEWSKI

SAMOTNOŚĆ JEST NIEZDROWA *Człowiek jest istotą społeczną*



Mgr Edyta Bonk

Psycholog, asystentka w Zakładzie Psychologii Wspomagania Rozwoju sopockiego wydziału Szkoły Wyższej Psychologii Społecznej.

Seniorzy zapytani o problemy trzeciego wieku często wymieniają dolegliwości fizyczne i psychiczne (np. problemy z pamięcią), równie często jednak wskazują na samotność. To znak dzisiejszych czasów – gdy rodzina wielopokoleniowa odchodzi do lamusa, gdy coraz bardziej barykadujemy się w swoich mieszkaniach, bojąc się innych ludzi (i jednocześnie do nich tęskniąc!).

Inne przyczyny samotności seniorów to: emerytura, umieralność rówieśników, wyjazdy, zaniedbywanie przez rodzinę, ale też – niewłączanie się w życie młodych, „by się nie martwić”...

A człowiek przecież jest istotą społeczną, jak mawiał Elliot Aronson, wybitny psycholog społeczny. Każdy potrzebuje

mniej lub więcej grupy ludzi wokół siebie, pragnie porozmawiać, podzielić się radościami i troskami. Różni się pod względem potrzeby liczby takich bliskich kontaktów.

Niektórzy z nas mają jednego prawdziwego przyjaciela, inni chwalą się tysiącem znajomych na Naszej Klasie czy innych portalach społecznościowych.

Badania psychologiczne udowodniły jedno – SAMOTNOŚĆ JEST NIEZDROWA! I nie chodzi tu o mnożenie wirtualnych znajomych, tylko o szczere, bliskie więzi z drugim człowiekiem.

Poczucie osamotnienia a samotność

Dla dobrego zrozumienia tematu należałoby tu wyjaśnić dwa różne stany samotności. Czym innym jest samotne mieszkanie, a czym innym – poczucie osamotnienia. To, że ktoś mieszka sam, nie oznacza jeszcze, że doskwiera mu samotność. Może mieć przecież liczne kontakty z innymi ludźmi i ich ogromne wsparcie, a także brać udział w życiu społecznym. Znacznie trudniejsze dla nas jest poczucie osamotnienia, które to możemy odczuwać, mieszkając w domu pełnym ludzi... To stan psychiczny przejawiający się tym, że nie czujemy się akceptowani, kochani, nie czujemy wsparcia innych osób i nie mamy nikogo, kto by nas chętnie wysłuchał.

Starość społeczna

Psychologia wyróżnia też *starość społeczną*. Przejawia się ona zmianą dotychczasowych ról (np. z aktywnego pracownika osoba staje się emerytem bez pomysłu na czas wolny) i osłabieniem więzi społecznych. Ma to duży wpływ na styl życia i jeżeli w zamian nie znajdziemy sobie satysfakcjonujących zajęć, nie będziemy mieli dobrych relacji z innymi ludźmi – nasza uwaga kierować się będzie na kłopoty osobiste.

Samotność a użyteczność

Użyteczność to nic innego jak potrzeba bycia potrzebnym. Często

jednak bywa opacznie rozumiana. Wielu seniorów, w imię poczucia użyteczności, poświęca się bez granic najbliższemu, kosztem swego zdrowia czy nawet godności osobistej („Muszę im zrobić obiad...”). Problem pojawia się wtedy, gdy mimo tak wielkich wysiłków, takiego nakładu pracy i czasu nikt

tego nie docenia i nie okazuje szacunku. Oraz wtedy, gdy senior czuje, że musi – a nie, że chce.

Każdy z nas lubi czuć się potrzebnym – szukajmy jednak takich obszarów w życiu, gdzie i nam, i osobom obdarowywanym naszym czasem i poświęceniem będzie z tym dobrze. Pedagodzy na przykład biją na alarm, że to, co dziecku jest najbardziej potrzebne, to miłość, czas i uwaga. Tych ostatnich rzeczy współcześni, zabiegani rodzice często nie mają. I tu otwiera się przestrzeń dla babć i dziadków!

Rodzina czy sąsiedzi?

Najnowsze badania wskazują, że coraz więcej relacji międzyludzkich i wsparcia społecznego otrzymujemy nie od najbliższej rodziny, ale od niespokrewnionych znajomych czy sąsiadów. Jest to oczywiście wynik migracji, wyjazdu dzieci czy wnuków za granicę, zapracowania młodych. Stąd też pojawiające się (również w Sopocie) pilotażowe projekty teleopieki, które mają między innymi na celu wsparcie obywatelskie.

Samotność a śluby

Badania wskazują, że po sześćdziesiątym roku życia dwa razy więcej mężczyzn niż kobiet decyduje się na ponowny ślub. Osoby w tym wieku to według statystyk:

- kobiety: 41% zamężne, 51% wdowy, 5% panny, 3% rozwiedzione,
- mężczyźni: 81% żonaci, 13% wdowcy, 3% kawalerowie, 3% rozwiedzeni.

Przyczyn takiego stanu rzeczy jest kilka, ale najważniejsze to: długość życia kobiet i mężczyzn, stosunek liczby kobiet do mężczyzn, umiejętność radzenia sobie po stracie małżonka.

Niektóre badania podają, że proces starzenia się wolniej przebiega u osób będących w związkach małżeńskich (wyższy wskaźnik satysfakcji i jakości życia), tym samym więc, że samotność nie sprzyja zdrowiu!

Starsze pary małżeńskie są równie szczęśliwe, a nawet bardziej zadowolone z życia od młodszych par małżeńskich. Przyczynami według badaczy są: mniejsza odpowiedzialność zawodowa i rodzicielska, większe opanowanie celów i źródeł przyjemności, zbliżone stanowiska i standardy zdrowia.

Konsekwencje samotności

Samotność często powoduje skupianie się na sobie, na swoich problemach. Taka negatywna koncentracja sprzyja izolacji psychicznej, zamykaniu się w sobie, pretensjonalności i zgorzknieniu oraz nierzadko spotykanemu poczuciu nieomyślności. Może pogłębiać frustrację życiową czy poczucie odrzucenia i krzywdy.

Jak się nie dać samotności?

Podsumowując powyższe rozważania, można podpowiedzieć:

- Nie wmawiać sobie, że nikogo nie potrzebujemy! Człowiek jest istotą społeczną!
- Nie zgadzać się na starość społeczną. Szukać nowych zajęć, przyjemności, nowych ról społecznych, które nie będą nas uwierały!
- Nie krytykować wszystkich i wszystkiego – to powoduje, że inni ludzie od nas uciekają!
- Spełniać swoją potrzebę użyteczności – szanując innych, ale też siebie!
- Zaoferować innym, zwłaszcza dzieciom, nasz czas i uwagę – to bezcenne wartości w dzisiejszym zabieganym świecie!
- Dbać o relacje pozarodzinne – przyjacielskie, sąsiedzkie.
- ...

PS Niepotrzebne proszę skreślić i dopisać swoje refleksje :)

MGR EDYTA BONK

Starość nie chroni przed miłością. Ale miłość czasem potrafi nas ochronić przed starością.

Jeanne Moreau, aktorka

Brać życie i ludzi takimi, jacy są. Jeśli zaczniecie krytykować, osądzać wasze otoczenie – a zwłaszcza młodych – już po was.

Denise Grey, aktorka

PRZESZCZEP — szansa na nowe życie

Przeszczepianie narządów w kulturze chrześcijańskiej jest obecne od III wieku naszej ery, w którym to takiego zabiegu dokonali Święci Damian i Kosma. Pierwszych udanych przeszczepów dokonano jednak po raz pierwszy dopiero w XX wieku. Od tego czasu ten typ leczenia stał się standardem w wielu schorzeniach, a jego prekursorzy: Joseph Murray i E. Donnal Thomas otrzymali za swoje dokonania Nagrodę Nobla w 1990 roku.

Nie ma przesady w stwierdzeniu, że w wielu przypadkach przeszczepy ratują życie. Tak dzieje się, gdy przeszczepiany narząd, np. serce, płuca, wątroba, szpik kostny, nie może być na dłużej zastąpiony przez maszynę lub inne sposoby leczenia. Jeszcze trafniejsze jest stwierdzenie, że przeszczepy przedłużają życie i pozwalają chorym wrócić do normalnej aktywności. Na przykład pacjenci po przeszczepie nerki z powodu schyłkowej niewydolności tego narządu żyją normalnie i o 10–20 lat dłużej w porównaniu z leczonymi innymi sposobami. Do normalnej aktywności mogą wrócić pacjenci niedowidzący po przeszczepie rogówki, chorzy na cukrzycę po przeszczepie trzustki albo wysepek trzustkowych. Transplantologia wciąż jednak jest dziedziną, która kryje nie tylko wiele ściśle medycznych zagadek, ale także wyzwań natury społecznej.

Z medycznego punktu widzenia największe wyzwania transplantologii to możliwość transplantacji przeszczepów złożonych, mających w swoim składzie wiele tkanek i struktur anatomicznych. W tej kategorii przeszczepy kończyn albo ściany brzucha przestały już być nowością i ustąpiły miejsca przeszczepom twarzy (pochodząca z Polski prof. Siemionow jest w tej dziedzinie niekwestionowanym liderem). Wyzwaniem jest zarówno sama procedura, podczas której jest odtwarzanych wiele różnych struktur, takich jak naczynia krwionośne, nerwy, mięśnie, skóra, fragmenty kostne, jak i zapobieganie odrzutowi przeszczepu, który jest w tym wypadku szczególnie częsty. Właśnie odrzucanie narządów stanowi kolejne wielkie wyzwanie transplantologii. Pacjent staje się do końca życia niewolnikiem leków immunosupresyjnych, które musi przyjmować codziennie, aby zapobiec odrzuceniu przeszczepionego narządu. Choć jest to niska cena za normalne życie, jakie daje przeszczep, to lekarze i naukowcy wciąż próbują zredukować lub całkowicie wyeliminować konieczność przyjmowania leków. Rzeczywiście, porównując terapie stosowane jeszcze 10–20 lat temu z obecnymi terapiami, widać ogromny postęp. Leki, którymi leczeni są dzisiaj pacjenci, mają relatywnie wysoką skuteczność przy niskim poziomie efektów ubocznych. Co więcej, w nielicznych, ściśle zdefiniowanych przypadkach, udaje się u pacjentów po przeszczepie całkowicie odstawić leczenie farmakologiczne, np. przy jednoczasowym przeszczepie szpiku kostnego i nerki w niektórych chorobach.

W ciągu ostatnich kilkunastu lat wachlarz chorób, w których przeszczep jest opcją leczniczą, znacznie się powiększył, a co za tym idzie – zwiększyła się grupa oczekujących na przeszczep. W tym czasie liczba dostępnych do przeszczepu narządów pozostała mniej więcej na tym samym poziomie, co



Prof. nadzw., dr hab. med. Piotr Trzonkowski
Wykładowca Gdańskiego Uniwersytetu Medycznego, pracownik Zakładu Immunologii Klinicznej i Transplantologii.

spowodowało olbrzymią dysproporcję między możliwościami a potrzebami. Tragycznym wymiarem tej dysproporcji są zgony chorych przed przeszczepem. Stąd społeczny wymiar przeszczepiania narządów to przede wszystkim akceptacja dawstwa, zarówno od dawcy zmarłego, jak i od dawcy żywego. Obowiązujące w Polsce prawo nie wymaga zgody najbliższych na pobranie narządów od dawcy zmarłego, ale dobrym obyczajem wśród lekarzy jest rozmowa i konsultowanie tego zabiegu z najbliższymi osoby zmarłej. Z drugiej strony, naturalna w wielu krajach akceptacja dla dawstwa w czasie życia w Polsce pozostaje na niskim poziomie. Nadal jesteśmy krajem, w którym na przykład przeszczepianie nerek od żyjących krewnych to nie więcej niż kilkanaście procent wszystkich transplantacji, podczas gdy w Skandynawii jest to około pięćdziesięciu procent. Jeszcze bardziej godne polecenia jest dawstwo szpiku kostnego, które oprócz drobnego ukłucia przy pobieraniu krwi, nie niesie ze sobą żadnych negatywnych skutków dla dawcy¹. Z drugiej strony specyfika przeszczepów szpiku kostnego wymaga stworzenia ogromnych, liczących od kilku tysięcy do kilku milionów, kolekcji potencjalnych dawców. Tylko wtedy możliwe jest znalezienie właściwego dawcy pasującego do konkretnego chorego, a jak wspomniano wyżej, przeszczep szpiku jest to terapia ratująca życie u pacjentów umierających z powodu białaczki. Natomiast stan zdrowia dawców, od których pobrano narządy lub szpik jest zwykle lepszy w porównaniu ze średnią populacją, a to ze względu na opiekę medyczną, jaką są oni otaczani po oddaniu narządu czy tkanki.

Pamiętajmy więc, że społeczny wymiar dawstwa na świecie nie ogranicza się jedynie do sfery nauki. Jest to dziedzina bardzo doceniana przez Kościół katolicki. Jan Paweł II określił dawstwo narządów jako „najwyższy akt miłości bliźniego”.

PROF. NADZW., DR HAB. MED. PIOTR TRZONKOWSKI

¹ W Gdańsku w sposób ciągły działa Ośrodek Dawców Szpiku Uniwersyteckiego Centrum Klinicznego przy ul. Dębinki 7, w którym można codziennie zarejestrować się jako dawca szpiku. Szczegółowe informacje: www.szpik.gumed.edu.pl lub telefon 58 349 21 89 lub 58 349 21 91 lub e-mail: dawcaszpiku@uck.gda.pl.

PRAWNICZY *dekalog seniora*



Mgr Tomasz Snarski

Adwokat, nauczyciel akademicki, społecznik, twórca. Od 2009 r. pracownik naukowo-dydaktyczny Wydziału Prawa i Administracji UG. W latach 2010-2012 redaktor naczelny Gazety WPIA UG.

Trudno w krótkim tekście przedstawić, chociażby pobieżnie, najważniejsze wiadomości dotyczące wiedzy prawnej, przydatne w codziennym życiu. Niemniej jednak każda konkretna i dobra wskazówka poruszania się w gąszczu prawniczego świata może uchronić przed niepożądanymi, często zgubnymi skutkami. Wielu osobom wydaje się, że prawo jest bardzo odległe i niepotrzebne, nadzbyt skomplikowane i w gruncie rzeczy nieprzystosowane do życia. Nie rozstrzygając sporu, ile w tych opiniach jest prawdy, trzeba przypomnieć niezmienną zasadę, iż nieznaną prawo szkodzi, a w życiu praktycznie każdego dnia posługujemy się obowiązującym prawem, nawet nie zdając sobie z tego do końca sprawy. Pamiętajmy, że działanie prawa będzie zazwyczaj widoczne nie wówczas, gdy wszystko jest w porządku, np. gdy otrzymujemy wypłatę wynagrodzenia w terminie albo sprzedawca uznaje zgłoszoną przez nas reklamację. Prawo zacznie być nam potrzebne wtedy, gdy pojawią się problemy, np. gdy na czas nie otrzymamy zapłaty czynszu za wynajem czy też, gdy ktoś wyrządzi nam konkretną szkodę.

Skoro studenci często po pięciu latach prawniczych studiów nie są w stanie zgłębić wszystkich tajników prawa, to tym bardziej w tekście publicystycznym nie wypada nawet podejmować próby przedstawiania i wyjaśniania pojęć czy mechanizmów systemu prawnego. Jestem jednak przekonany, że poniższe dziesięć dobrych rad może stanowić prawniczy dekalog seniora, pomagający uniknąć wielu problemów. Dekalog powstał w oparciu o praktykę, w której niejednokrotnie problemy prawne powstały w wyniku nieprzestrzegania podanych przeze mnie zasad. Stosowanie się do reguł tego dekalogu nie jest gwarancją prawniczego sukcesu czy uniknięcia jakichkolwiek kłopotów. Na pewno jednak każdy może ich przestrzegać, nawet osoba mająca nikłą wiedzę lub umiejętności prawnicze.

Oto prawniczy dekalog seniora:

1. Pamiętaj, że nikt nie może zmusić Cię do podpisania umowy. Podpisanie umowy jest czynnością dobrowolną i zawsze możesz się z niej wycofać.
2. Sprawdź, kto jest stroną zawieranej przez Ciebie umowy. Jeżeli zawarcie umowy proponuje Ci osoba prawna, weryfikuj, czy osoby podpisujące się pod umową mają odpowiednie umocowanie prawne.
3. Nigdy nie podpisuj umowy, której nie przeczytałeś albo której nie rozumiesz. Pamiętaj, że zawsze możesz zaaptytać o wyjaśnienie treści każdego wyrazu znajdującego się w treści umowy.

4. Najlepiej podpisuj umowę po zastanowieniu się, chociażby jednodniowym. Im bardziej druga strona będzie naciskała na zawarcie umowy natychmiast, tym większe prawdopodobieństwo, że chce Cię oszukać.
5. W razie problemów (np. otrzymania formalnego wezwania do zapłaty czy innej niezrozumiałej korespondencji) nie zwlekaj z udaniem się o pomoc do profesjonalisty. Czekanie, aż sytuacja sama się rozwiąże, jeszcze nikomu nie pomogło.
6. Jeżeli jesteś ofiarą przestępstwa, korzystaj ze wszystkich przysługujących Ci uprawnień. Zgłaszaj wnioski o dokonanie czynności w postępowaniu przygotowawczym, które uważasz za stosowne. Posługuj się sygnaturą postępowania. Pamiętaj, że organa ścigania mają obowiązek informować Cię o prawach i obowiązkach, a w żaden sposób nie mogą odmówić przyjęcia zawiadomienia o uzasadnionym podejrzeniu popełnienia przestępstwa czy wykroczenia. Nie daj się zbywać. Pilnuj terminów na składanie środków odwoławczych. Jeżeli będziesz pokrzywdzonym przestępstwem, to w postępowaniu przed sądem złóż w stosownym terminie oświadczenie o zamiarze działania w charakterze oskarżyciela posiłkowego, by stać się pełnoprawną stroną procesu sądowego.
7. Nigdy nie podpisuj protokołu z jakiegokolwiek czynności przed jakimkolwiek organem, jeżeli nie zgadzasz się z jego treścią. Nie bój się zwrócić uwagę na nieścisłości. Pamiętaj, że to nie wiedza o sprawie, która jest w Twojej głowie, będzie oceniana przez organa ścigania czy sąd, lecz to, co zostało zapisane w aktach sprawy.
8. Pilnuj swoich spraw w urzędach administracji publicznej. Pamiętaj, że każda sprawa ma swoją sygnaturę. Jej znajomość bardzo ułatwi rozmowę o sprawie. Pamiętaj, że w każdej chwili możesz zwrócić się do urzędnika z prośbą o informację o jej stanie. Jeżeli odmówi, grzecznie poproś, aby podał swoje imię, nazwisko i stanowisko służbowe.
9. Zawsze pilnuj wyznaczonych terminów, dokładnie czytaj wezwania. Pamiętaj, że zastosowanie się do pouczenia, które otrzymasz wraz z pismem z sądu lub urzędu, nie może Tobie szkodzić.
10. Nigdy nie zapominaj, że nieznanomość prawa szkodzi. Nie ufaj słowom ludzi czy ich zapewnieniom, lecz podchodź z dystansem do zapewnień słownych. Słowa nic nie kosztują, Twoje błędy mogą Cię kosztować bardzo wiele. Zadbaj zawsze o to, by weryfikować informacje o prawie przekazywane przez innych.

Zdaję sobie sprawę, że ten dekalog nie obejmuje wszystkich sytuacji ani też nie jest idealną receptą na wszelkie problemy prawnicze seniorów. Mimo wszystko warto, jak sądzę, w codziennym życiu pamiętać o tych prostych wskazówkach. Stare perskie przysłowie mówi: „Dla przyjaciół wszystko, dla obcych prawo”.

MGR TOMASZ SNARSKI



Prowadzę kursy języka francuskiego w dwóch grupach. Z podziwem obserwuję wielkie zaangażowanie i postępy moich kursantów w nauce tak trudnego języka, jakim jest język francuski. Z przyjemnością idę na każde zajęcia, wiedząc, że czekają na mnie pilne, a przy tym uśmiechnięte i pogodne osoby.

Ewa Bobrzecka, lektorka języka francuskiego

Moja grupa języka niemieckiego jest najmilszym towarzystwem, jakie można sobie wyobrazić. Studenci pomogli mi bardziej poznać i jeszcze bardziej polubić Polaków. Zajęcia są dla mnie najlepszą odskocznią od spraw życia codziennego: spędzam z moimi studentami trzy godziny w tygodniu, które są przepełnione życzliwością i kulturą osobistą.

Angelika Leśniak, lektorka języka niemieckiego



Za każdym razem, kiedy spotykam się ze słuchaczami zajęć pt. muzyka bliżej nas zdumiewa mnie postawa uczestników, którzy chcą się doskonalić, poszerzać swoją wiedzę, poznawać coś nowego. I co ważne – ci ludzie nie chcą iść na łatwiznę. Przyznaję, że czasem jestem wręcz wzruszona, gdy widzę tych ludzi na zajęciach, na które przyszli mimo złej pogody – zawieruchy, śniegu, oblodzenia ulic... Oczywiście nie wiem, do jakiego stopnia mam wpływ na pogłębienie miłości do muzyki uczestników moich zajęć (choć ich wieloletnia obecność na wykładach o czymś świadczy), ale wiem na pewno, że są Oni dla mnie mocną inspiracją. To wspaniali ludzie, którzy postępują zgodnie z mądrym zdaniem: Lepiej zużywać się, niż rdzewieć...

Stanisława Grażyńska, prowadząca warsztaty muzyczne



Nieustająca ciekawość świata moich Słuchaczy to dla mnie ogromna inspiracja. Nasza wspólna podróż po Kraju Kwitnącej Wiśni to zawsze niepowtarzalne doświadczanie kultury Orientu i poznawanie innego sposobu patrzenia na sztukę, na świat w rzeczy samej.

TO-EN / Anna Brałkowska, prowadząca zajęcia z kultury Japonii



Jest to niezwykle cenna inicjatywa, którą warto wspierać zarówno w ramach współpracy, jak i uczestnictwa. Moje osobiste odczucia związane są z warsztatami plastycznymi. Prowadzę je z wielką satysfakcją już od ośmiu lat, wspierając aktywność artystyczną Studentów Trzeciego Wieku, ukierunkowując ich, wyjaśniając i ciesząc się z ich wymiernych sukcesów, napawając otuchą podczas rutynowych ćwiczeń, poszukiwań czy eksperymentów formalnych.

Wojciech Zaniewski, prowadzący warsztaty plastyczne

Prowadzenie zajęć ze słuchaczami UTW jest dla mnie ogromną przyjemnością i zaszczytem. Moi studenci są niezwykle solidni i chętni do pracy. Zараżają mnie swoją energią i zawsze dobrym nastrojem. Staram się brać z nich przykład. Pomysł utworzenia UTW był strzałem w dziesiątkę.

Wanda Klipo, lektorka języka rosyjskiego



Trzy lata współpracy ze Słuchaczami Gdańskiego Uniwersytetu Trzeciego Wieku uświadomiły mi, że dobry humor, ciekawość, pogoda ducha, ambicja i zapał nie mieszczą się w granicach jednego określonego wieku. Mam poczucie, że Uniwersytet Trzeciego Wieku skupia tę grupę osób, która mogłaby pokazać niejednemu dwudziesto- lub trzydziestolatkowi, czym jest optymizm, energia życiowa, chęć zdobywania wiedzy, nowych umiejętności i poznawania świata. I chociaż to ja pokazuję, jak zdrowo i aktywnie można spędzać czas na świeżym powietrzu, sama wiele otrzymuję w zamian od Słuchaczy uczęszczających na zajęcia marsz po zdrowie.

Joanna Rogowska, instruktorka rekreacji ruchowej



Od kilku lat prowadzę dla seniorów naszego Uniwersytetu Trzeciego Wieku wykłady z zakresu literaturoznawstwa. W ich ramach wspólnie przypominamy sobie, a nieraz dopiero poznajemy to, co jest w literaturze najwartościowsze, a co zostało dane „wszystkim” czytelnikom przez pokolenia pisarzy w pięknej polszczyźnie. Omawiane utwory dostarczają wielu głębokich przeżyć i wzruszeń, zarazem jednocząc nas w duchową, „polonistyczną wspólnotę”. Przyświeca nam w tym nader trafna myśl wyjątkowego romantyka Cypriana Norwida: „Nie miecz, nie tarcza bronią Języka, lecz – arcydzieła!”.

**Waldemar Pawłowski,
prowadzący zajęcia z literatury**

Podstawy psychologii to wykłady, które prowadzę w GUTW od kilku lat. Moi studenci nieustannie zadziwiają mnie zainteresowaniem tematyką zajęć, aktywnością i rzetelnością. Jestem przekonana, że to ja zyskuję na kontakcie ze słuchaczami, zarażają mnie oni swoim optymizmem i uskrzydłają.

**Jolanta Dyrda,
prowadząca zajęcia z podstaw psychologii**



Od kilku lat prowadzę kursy języka angielskiego na wielu poziomach – od grupy „0” do grupy zaawansowanej (konwersacyjnej). Staram się, by oprócz słownictwa słuchacze poznali kulturę brytyjską i amerykańską oraz zwyczaje związane z obchodami takich świąt jak Boże Narodzenie, Wielkanoc, Święto Dziękczynienia czy Dzień św. Patryka. Prowadzenie przede mnie zajęć z języka angielskiego na Gdańskim Uniwersytecie Trzeciego Wieku sprawia mi dużo satysfakcji i przyjemności.

Ryszard Wojtaszewski, lektor języka angielskiego

Poniedziałkowe zajęcia języka niemieckiego na Gdańskim Uniwersytecie Trzeciego Wieku prowadzę od samego początku jego istnienia. Aż trudno mi uwierzyć, że minęło już dziesięć lat, odkąd zaczęła się moja Wielka Przygoda ze Studentami-Seniorami. Dzięki nim w każdy poniedziałek ładuję swoje akumulatory na cały nadchodzący tydzień, ponieważ moi Kochani Studenci promienieją ciepłem, serdecznością, optymizmem, są zaangażowani w naukę (a język niemiecki do najłatwiejszych nie należy!!!), potrafią cieszyć się ze swoich postępów, płakać ze wzruszenia i śmiać się do łez, mają tysiąc pomysłów na sekundę, są zaradni, szanują i lubią siebie nawzajem, dzielą się ze mną fragmentami ze swojego prywatnego życia i pozwalają mi dzielić się moim życiem z nimi. A przy tym wszystkim, jakby mimochodem, „wdychają” niemieckie słowa jak powietrze ;-)

Za nic w świecie nie zrezygnowałabym na własne życzenie z moich cotygodniowych spotkań ze Studentami-Seniorami. Są dla mnie Przyjaciółmi w pełnym i faktycznym tego słowa znaczeniu.

Izabela Kowalska, lektorka języka niemieckiego



Uczestnicy pleneru w Dębkach 2013 r.

Program Warsztatów Plastycznych na Gdańskim Uniwersytecie Trzeciego Wieku jest skierowany do osób, które pragną rozwijać swoje zainteresowania plastyczne, a z różnych przyczyn nie mogły tego zrobić wcześniej. W ramach cotygodniowych spotkań słuchacze GUTW mogą zdobyć wiedzę zarówno teoretyczną (przekazywaną w formie objaśnień, miniwykładów lub za pomocą prezentacji z wykorzystaniem współczesnych środków przekazu wizualnego), jak i praktyczną, pozwalającą na swobodne posługiwanie się klasycznymi technikami plastycznymi. Program obejmuje rysunek ołówkiem, sangwiną, węglem, piórkiem z wykorzystaniem tuszu (szrafowanie, lawowanie), a także malarskie techniki artystyczne, w tym: akwarelę, akryl, temperę, suchą pastel czy inne alternatywne techniki plastyczne stosowane głównie z wykorzystaniem papieru.

Program warsztatów ma charakter autorski i jest tworzony na podstawie tradycji akademickiej (Heinrich Wolfflin – przedstawianie przedmiotów postaci

linearnie i malarsko, zgodnie z zasadami perspektywy geometrycznej i klasycznego rozumienia piękna) z uwzględnieniem najistotniejszych zjawisk występujących w sztuce współczesnej.

Każdego roku, pod koniec maja, w ramach warsztatów odbywają się plenery plastyczne, organizowane zwykle w malowniczej części Pomorza Gdańskiego, tzw. Szwajcarii Kaszubskiej. Ich uczestnicy mają możliwość doskonalenia postrzegania oraz swoich umiejętności warsztatowych w preferowanych przez siebie technikach.

Niewątpliwym sukcesem, świadczącym o wartości zaproponowanego programu, są uzyskiwane przez słuchaczy Warsztatów Plastycznych nagrody i wyróżnienia na corocznych przeglądach konkursowych „Kolorowy trzeci wiek”, organizowanych przez Toruński Uniwersytet Trzeciego Wieku, działający przy Uniwersytecie Mikołaja Kopernika.

WOJCIECH ZANIEWSKI
PROWADZĄCY WARSZTATY

KONKURS PLASTYCZNY *Kolorowy trzeci wiek*



Eżbieta Binęda, *Żuławskie wierzby*, olej – I nagroda w roku 2012



Zdzisław Lewandowski, *Klif*, pastel – wyróżnienie w roku 2013



Krystyna Kasprzak, *Taki pejzaż*, pastel – I nagroda w roku 2013



Uczestnicy zajęć i May Hasager, reżyserka filmu *Grudnie – rozmowa przy okrągłym stole*

Warsztaty Literackie Gdańskiego Uniwersytetu Trzeciego Wieku, prowadzone od roku akademickiego 2005/2006, są adresowane do tych słuchaczy GUTW, którzy odczuwają potrzebę dalszego rozwoju, samorealizacji i spełniania się przez pisanie. Systematycznie i aktywnie uczestniczy w nich grupa od dwunastu do piętnastu osób; są to ludzie w różnym wieku, od sześćdziesiątego do osiemdziesiątego czwartego roku życia.

Podstawową formą prozatorską, po którą sięgają uczestnicy zajęć, jest wspomnienie. Popularne są także takie gatunki, jak pamiętnik, dziennik czy autobiografia. Gatunkiem, po który w grupie sięgają rzadziej, jest opowiadanie. W warsztatach bierze też udział spora grupa osób parających się tworzeniem wierszy; część z nich przyszła już z pewnym dorobkiem, a część podstawowe umiejętności

i odwagę pisania oraz dzielenia się jego efektami z odbiorcami zdobywała w trakcie zajęć.

Prace uczestników z pierwszych kilku lat zostały zawarte w publikacji zbiorowej pt. *W przestrzeni*, wydanej przez Uniwersytet Gdański w 2007 roku. Obecnie jest przygotowana do druku kolejna praca zbiorowa zatytułowana *Pamięć*. Wybrane teksty uczestników zajęć wzbogaciły też książkę wydaną przez Zakład Pedagogiki Społecznej Instytutu Pedagogiki Uniwersytetu Gdańskiego pt. *Tożsamość Gdańszczan. Budowanie na (nie)pamięci* (2010). Na podstawie wspomnień członków grupy, wywiadów indywidualnych oraz rozmów z całą grupą duńska artystka May Hasager nakręciła film pt. *Grudnie – rozmowa przy okrągłym stole*, którego bohaterkami były właśnie uczestniczki warsztatów. Film jest obecnie prezentowany w wielu miastach Europy.

Od kilku lat grupa warsztatowa współpracuje z Biblioteką Oliwską, biblioteką przy ul. Opolskiej na Przymorzu, Centrum Artystycznym „Łażnia” w Gdańsku oraz Zakładem Pedagogiki Społecznej UG. Jej członkowie biorą czynny udział w wieczorach artystycznych i konkursach poetyckich, przy czym w tych ostatnich nierzadko sięgają po laury.

Wszyscy zgodnie uważają, że uczestnictwo w warsztatach, poza satysfakcją płynącą z pisania, pozytywnie wpływa na ich rozwój emocjonalny i społeczny, wzbogaca osobowość, rozwija więzi koleżeńskie i przyjacielskie.

JOLANTA SZULKOWSKA,
PROWADZĄCA WARSZTATY



Wieczór autorski Grażyny Witkockiej

Co daje mi GDAŃSKI UNIWERSYTET TRZECIEGO WIEKU?

Warsztaty literackie to miejsce spotkań ludzi piszących, spragnionych kontaktów na kanwie wykładów literackich, które dały możliwość pogłębienia wiedzy z dziedziny poezji i nie tylko. Spotkania na uniwersytecie to także rozładowanie emocji. Dały mi one możliwość nawiązania bliższych więzi towarzyskich. Wiele się nauczyłam – stałam się bardziej krytyczna do własnej twórczości.

Barbara Mielnik-Panow

Tylko życie seniora poświęcone wiedzy i nauce oraz innym wartościom jest przeżyciem i korzystnie wpływa na umysł. Serdeczne dzięki wszystkim pracownikom zaangażowanym w działalność naukową za przekazywanie wiedzy starszej generacji.

Mieczysław Penkowski

Wyrazy uznania dla Wszystkich, którzy poświęcają swój czas (szczególnie charytatywnie), żeby inni mogli spotykać się w grupach, realizować swoje pasje, hobby...

Ewa Karczmarczyk

Tyle naukowych wykładów; mogę się spełniać w pisaniu poezji, tyle tematów różnych; grupa literacka jest bardzo aktywna, ludzie są bardzo mili, bliscy jak w rodzinie, tyle zainteresowań; i lubię kochać życie. Uniwersytet daje mi bardzo dużo: rozwój człowieka, dowartościowanie, ludzie się czują młodo, tak, jak za naszych studenckich czasów.

Tadeusz

Bardzo cenię sobie uczestnictwo w zajęciach UTW, gdyż [...]:

- przebywając w gronie uczestników UTW mam sposobność bliżej poznać to środowisko, którego jestem częścią, oraz możliwość wymiany doświadczeń lub poglądów,
- w minionym czasie poznałam wielu ciekawych ludzi, a z niektórymi z nich nawiązałam bliższe znajomości,
- mam możliwość pośredniego przebywania wśród studentów, dzięki czemu mogę bliżej i na bieżąco poznawać to środowisko [...].

Teresa Łaskawiec

Wykłady wzbogacają moją wiedzę z różnych dziedzin nauki, dają mi dużo satysfakcji, poszerzają moje horyzonty myślowe – przybliżają świat. Uczestniczę w zajęciach UTW od 2005 r. i jestem bardzo wdzięczna za taką możliwość.

Helena Kodlewicz

GUTW okazał się miłą niespodzianką. Porządkuje i rozszerza moje wiadomości i stwarza okazje do poznania mądrych i ciekawych ludzi.

Krystyna Gałgowska

Warsztaty literackie GUTW uzdrowiły moją duszę, pozwoliły znaleźć w sobie siłę na samorealizację w postaci wartościowych utworów literackich. Od tego momentu czuję się potrzebna pomimo wieku. Spotykam wspólnych ludzi.

Ewa

Przychodzę chętnie na warsztaty literackie, ponieważ mam na nich możliwość rozwijania swoich zainteresowań i uzdolnień. Tworzymy na nich grono życzliwych i rozumiejących się osób.

Mirka Lickiewicz

GUTW – to już 10 lat Przyciąga seniorów, poszerza ich świat Wykłady, warsztaty, zajęcia ruchowe I w „złotym wieku” masz życie jak nowe.

Danuta Kobylarz

„GUTW dał mi możliwość rozwoju osobistego oraz nawiązania kontaktów towarzyskich. Uważam, że GUTW jest bardzo potrzebny.”

Dowartościowanie. Kontakty towarzyskie w miłym gronie.

Danuta Olejniczak

Możliwość kontaktów towarzyskich, rozmów na tematy osobiste, możliwość odczytywania swojej twórczości.

Mira Kieniewicz

Kamień milczy, leży jak kłoda a ja jak trampolina apetyt wilczy mam zmieniać się w umyśle i pomyśle. Kalejdoskop niespodzianek uczy, rozwija i czas mile mija. A to wszystko Gdański Uniwersytet Trzeciego Wieku na tacy podaje.

Eugenia Wolak

GUTW pozwolił mi odkryć części osobowości i tożsamości, które przedtem z racji zawodowych i wykształcenia były przede mną zamknięte. Gdyby nie on, nie zetknęłabym się z wieloma dziedzinami.

GUTW dał mi dostęp do wiedzy i umiejętności pozwalających na mój dalszy rozwój osobisty.

Leonia Gajek



mgr Tomasz Snarski



doc. dr Henryk Lewandowski



mgr Aleksander Masłowski



dr Jarosław Och



dr hab. med. Piotr Trzonkowski, prof. nadzw.



dr hab. Anna Lebedzińska, prof. nadzw.



prof. UG, dr. hab. Bogusław Górka



ks. dr Krzysztof Niedałtowski



prof. dr hab. med. Waldemar Narożny



prof. dr hab. Piotr Kwiek



dr inż. Małgorzata Grembecka



Wycieczka do Malborka 2012 r.



Wycieczka integracyjna 2009 r.



Zwiedzanie Gdyni z Arkadiuszem Zygmuntem 2012 r.



Wycieczka do ogrodu zoologicznego w Gdańsku



Wycieczka na Hel 2005 r.



Wejherowska Wiosna 2011 r.



Wycieczka do Pelplina 2011 r.



Spacer po Lasach Oliwskich 2007 r.



Wystawa w Dworku Sierakowskich 2011 r.



Wykład Pawła Adamowicza 2009 r.



Inauguracja roku akademickiego w filii GUTW w Pruszczu Gdańskim



Zapisy na GUTW



Zajęcia ze Strażą Miejską 2012 r.



Ludwika Sikorska



Spotkanie z Dorotą Stalińską 2012 r.



